DIE LANGPAD

Februarie 2019

Gratis

Swart Luiperd in Afrika

Modes uit die 80's

Ons kuier in Hentiesbaai

Uit Uiltjie se pen
Rykdom

Blanke kinders se armoede

Onthou jy nog?

Vervolg Verhaal: Deel 1 - Die Man van Hangklip

Soduko & Blokraai

Resepte

Uit Gansbaai se kontrei

Bittere koue

Wêreld van ys



























Respek is n snaakse ding...Min mense het dit, maar almal soek dit..

Vriendskap Flentertjies









Otjikoto Lake

Otjikoto Lake is the smaller of only two permanent natural lakes in Namibia. It is a sinkhole lake that was created by a collapsing karst cave. It is located 20 kilometres (12 mi) north-west of Tsumeb and only 100 meters from the main road B1. The lake was declared a national monument in 1972.

The diameter of the lake is 102 metres (335 ft); its depth is supposedly a maximum of 300 feet plus according to scans. According to a Namibian tourism information organisation, "the depth varies from sixty two meters at the side to one hundred meters in the center, and in some places leading off from the side depths of one hundred meters have been recorded", while an article in the Allgemeine Zeitung explains the depth problem: "the lake tapers into a lateral cave system making it impossible to determine its exact depth, estimated to be in access (*sic*) of 142 meters."

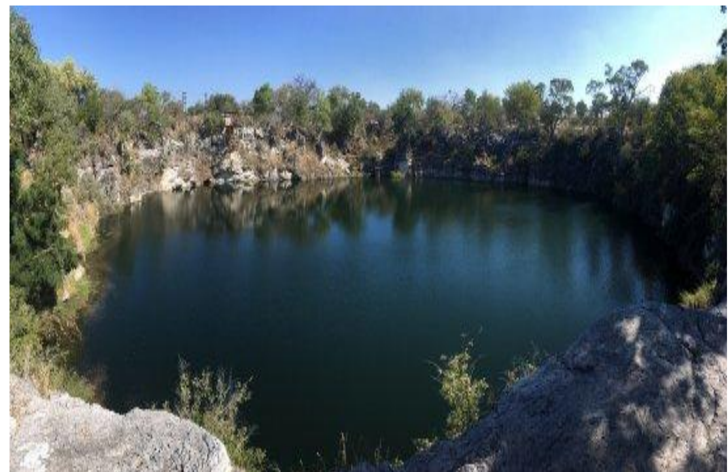
The lake was known to the San under the name *Gaisis* ("ugly"). When the Herero moved into the area, they named it *Otjikoto* (Otjiherero: "deep hole"). Namibia's Oshikoto Region, in which the lake is situated, is an alternative spelling of *Otjikoto* and derives its name from that of the lake.The first Europeans to discover the lake were Francis Galton and Carl Johan Andersson, who during their search for Lake Ngami came upon Otjikoto Lake in 1851.

The lake was a dumping ground for German *Schutztruppe* during World War I; in June 1915 German troops dumped war materials in the lake before surrendering to stop the South African and British troops from using them. Most of the larger pieces have been recovered and are displayed in Tsumeb Museum, but at least two cannons, along with quantities of ammunition, are still in the lake and can be viewed with a special diving permit. According to legend, the Germans also dumped a sealed safe into the lake. The search for it and the 6 million gold marks it is said to contain has as yet not been successful.

Botanist Kurt Dinter visited the lake in 1911 and collected several hitherto unknown species of plants, among them grass of the genus *Rottboellia*.*Tilapia guinasana*, a species of cichlid fish which naturally was only found in Otjikoto's sister lake, Lake Guinas, was introduced to Otjikoto Lake.[9] The claim that Lake Guinas is connected to Lake Otjikoto by caves is frequently made but not proven as yet.



Otjikoto Lake	
	
Coordinates	19°11′41″S 17°32′59″E Coordinates: 19°11′41″S 17°32′59″E
Basin countries	Namibia
Surface area	0.51 hectares (1.3 acres)[1]
Average depth	45 metres (148 ft)
Max. depth	58 metres (190 ft)
Water volume	229,500 cubic metres (8,100,000 cu ft)





Alles wat jy moet weet van stap, fietsry in die Breedevallei



Of jy nou lus het vir ’n slenterstappie of maklike fietsrit saam met kleuters in sandale, of vir ’n uitdaging wat elke spier in jou lyf sal toets, die Breedevallei het iets wat jy op jou emmerskoplys kan sit.



Du Kloof Lodge

By die bek van die Breedevallei en aan die voet van die Du Toitskloofberge kry jy Du Kloof, waar die staproetes die Sleeping Giant en Waking Giant begin. Hierdie staproetes is al op effens meer gesoute stappers gerig, maar groentjies kan dit makliker maak deur dit vanuit ’n alternatiewe rigting aan te pak.

Volg die pyle na gelang van jou fiksheidsvlak. Kry jou stappermit by Du Kloof se ontvangstoonbank. (Psstt! Jou permit gee jou ook afslag by die Piscator-kroeg as jy klaar gestap het.)

Waking Giant: 7 km

Kontak: 023 349 1151; 064 142 7851




Slanghoek-kelder

Slanghoek het ’n pragtige 13 km lange bergfietsroete wat by die kelder begin en eindig. Dis maklik genoeg vir die hele gesin en neem fietsryers oor strome en brûe en deur ’n wildkamp. Meer gevorderde ryers kan ’n ekstra (moeiliker) 4 km-roete byvoeg.

Registreer by die kelder voor jy ry. (R20 per persoon. Kinders jonger as 10 moet deur ’n volwassene vergesel word.)

Ma.-Vr. 08:00-17:00

Sa.-So. 10:00-13:00

Kontak: 023 344 3026; info@slanghoek.co.za

Jou fiets

“Een van die belangrikste aspekte van fietsry is om die regte grootte fiets te ry en seker te maak dit is reg opgestel vir jou.

Die regte grootte en opstelling van jou fiets dra aansienlik by tot rygemak en dit verseker dat jy die maksimum krag insit op die
pedale. Dit voorkom ook beserings

Die beste raad is om ’n professionele opstelling te kry.

Dieet

Volgens Leon speel koolhidrate ’n belangrike rol in die verskaffing van energie vir fietsry.

Vetterige en verwerkte kosse verhinder die optimale opname van koolhidrate. Dit is wys om sulke kosse in die voorbereidingstydperk te vermy.

Dit kan ook help om bietjie gewig te verloor.

Water

Deur genoeg water (omtrent 8
glase per dag) te drink kan aansienlik bydra tot genoegsame suurstof in die bloed, wat nodig is om die energieverbranding tydens oefening te bewerkstellig.

“Genoeg water in die bloed handhaaf genoegsame bloedvolume en help om harttempo optimaal te hou.

“Selfs ’n geringe vlak van dehidrasie verhoog die harttempo onnodig, wat definitief nie bydra tot doeltreffendheid nie.

“Gebruik ’n goeie sport-elektroliet tydens lang ritte om ’n goeie elektroliet-balans te behou. Dit kan krampe voorkom.

Klere

Oefen altyd met ’n ordentlike fietsryhemp in plaas van ’n katoenhemp.

T-hemde van katoen vang die sweet en hitte vas. Sodoende ontsnap die hitte nie van jou liggaam nie, en jou liggaamstemperatuur raak onnodig hoog.

Dit is belangrik om koel te bly wanneer jy oefen of gedurende die wedren.

Fietsryskoene het harde sole wat minimaal buig onder die trapkrag. As jy nie fietsryskoene het nie, dra ’n skoen met ’n harde sool.

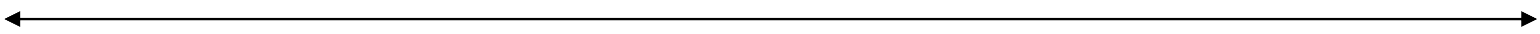
Sonblok vir sportiewes

Wanneer jy op jou fiets in die buitelug is, is die kans vir ernstige sonbrand en -skade baie goed. Kry ’n sonblok soos Techniblock se sportweergawe sodat jy dit nie maklik afsweet nie.

Oefen met jou foon

Daar is heelwat goeie apps wat jy op jou slimfoon kan aflaai waarmee jy jou oefenprogram baie interessant kan maak.

Met ’n app soos Endomondo kan jy byvoorbeeld jou roete aflaai en sekere statistieke kry, soos die totale afstand wat jy gery het, totale meter wat jy geklim het en gemiddelde spoed.



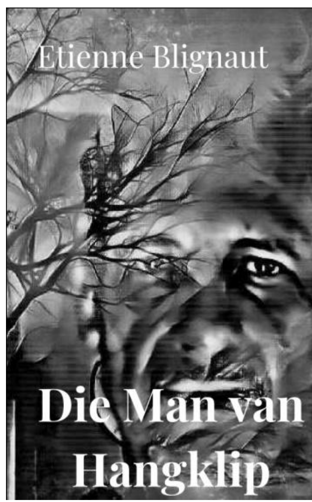


SEUN SONDER HEMP

Dis stil in dié klas. Mnr Buys voel hoe sy binneste ruk, want hy weet hier is groot behoefte, maar ter wille van die dissipline van die klas moet die seun gestraf word. Hy versoek toe weer vir Klaas om sy baadjie uit te trek, en weer smeek hierdie maer verwaarloosde kind: "Meneer, ek sal enigiets doen, maar asb meneer, ek kan nie die baadjie uittrek nie".

Mnr Buys kon ook nie toegee nie, en sê weer: "Kom Klaas, uit met die baadjie" en toe Klaas sien hy gaan die baadjie moet uittrek, maak hy dit oop en laat dit stadig grond toe gly en staan voor die onderwyser met net die verflenterde ou broek aan sy lyf. "Klaas waar is jou hemp" vra mnr Buys."Meneer, in ons huis is daar net een hemp en een baadjie en dit was vandag my boetie se beurt om die hemp te dra.
En meneer ek het nie bedoel om die brood te neem nie, ek het gedink Jakobus gaan dit net weer in die asblik gooi soos elke dag, en ek was baie honger, en ek weet my boeties en sussie by die huis is ook so honger soos ek toe dink ek hy sal nie eens agterkom dat die brood weg is nie" hier is dit mnr en hy plaas die oorblywende broodtjies op die tafel.
Mnr Buys het gemaak of hy na iets op die bord kyk om hom geleentheid te gee om sy emosies onder beheer te kry.
Toe draai hy om en sê: "Klaas, jy verstaan dat ek wel die dissipline moet toepas. Jy verstaan dat ek nie 'n uitsondering kan maak nie", en Klaas kyk hom in die oë en sê: "Ja meneer, ek verstaan" en toe buk hy, en Mnr Buys tel die rottang op om die eerste hou te slaan, toe breek Jacobus se stem die stilte in die klas, "Wag Meneer moenie hom slaan nie." Mnr Buys kyk na Jacobus en sê:
"Nee Jacobus jy weet dat die straf moet toegepas word vir die oortreding van julle reëls". Ja meneer, maar moenie hom slaan nie, hy was baie honger en het aan sy boeties en sussie gedink by die huis, ek sal liewer in sy plek kom buk om sy straf wat hy moet kry te vat."
En Jacobus staan op en stap vorentoe. Daar was nie n droë oog daardie dag in daardie klas nie.
Maar net so het Iemand reeds voor die VADER gestaan en gesê, Asseblief VADER moenie hulle straf nie, EK sal in hulle plek die straf op MY neem.

Kom ons maak 'n punt daarvan om in hierdie nuwe dag, hierdie nuwe week opnuut vir God dankie te sê vir die straf wat HY namens ons verduur het. Laat mens dink, dink voor jy praat en doen aan andere wat jy graag wil hê gedoen moet word aan jou.



Die Man van Hangklip

Vervolg verhaal

Deel 1

Dit is 'n mistige oggend op die plaas Hang Klip. Kristel stap die stoep se trappe af en sien hoe die pink/pers bloeisels van die pruimbome begin blot. Die vroeë oggend luggie het 'n vars reuk wat hang in die lug van al die blomme in die tuin en die groen gras wat gister gesny was. Gaan dit weer 'n jaar van trane wees? Die vorige jaar het maar baie harde bene kou gekos om dit agter die rug te kry. Kristel staan en kyk om haar na die plaaswerf. Na haar pa se afsterwe laas jaar, kom sy nou agter watse harde werk dit is om 'n plaas vrou-alleen saam haar werkers te bestuur. Die sonnetjie wil-wil sy verskyning maak deur die mis en gee 'n geel oranje kleur oor die breedte van die horison. Laas jaar se koring oes het haar ook maar net deur gehelp. Sy wil graag vanjaar mielies plant in die onderste landerye van die plaas agter die rant van die koppe.

"More nonna Kristel", groet Samson haar. "Waar gaan nonna so vroeg vanoggend heen".

"More madala, ag ek stap maar bietjie op die plaas opstal rond en geniet die vars lug vanoggend".

"Ek het nonna kom vra of Sanna Maandag kan af kry nonna. Die kliniek is net Maandae en Woensdae oop op die dorp en sy voel sleg en het heel aand haar kos bo uit gegooi.'

Sanna is Kristel se regterhand in die huis. Sy werk al 'n leeftyd vir hulle. Sanna het 30 jaar gelede by haar ouers begin werk. Kristel is al te bly dat Sanna aangebly het na hulle afsterwe.

"Dis als reg Samson, ek sal dorp toe ry Maandag dan kan Sanna saam my ry."

Samson bedank Kristel met 'n glimlag en skud sy kop op en af terwyl hy sy ou plaashoed op lig en voor sy bors vas hou.

"Nonna Kristel is te goed vir ons, dankie nonna, dan loop ek maar weer".

Sy kyk Samson agterna en dink so by haarself hoe die jare Samson ook al begin vang het. So is die lewe maar, als word eendag oud en gedaan. Sy haarself is al 28 jaar oud en nog ongetroud. Die plaaslewe neem so baie van haar tyd op dat sy nie werklik 'n enkel vrou se lewe kan geniet nie. Die meeste mans op die dorp is in elk geval meer in die hotel as wat nodig is. Die klein dorpie bied nie eintlik 'n kuier lewe vir die jong klomp nie. Meeste van die jeug is maar of in 'n koshuis in die groter stede of in universiteite. Kristel wonder of sy ook soos die ouer geslag diep in hulle 70's gaan word. Haar oupa is op 93 oorlede en haar ouma op 86. Net haar pa is oorlede in sy vroeë 60's. Sy kon sien na haar ma se dood het haar pa baie agteruit gegaan. Hyt sy vrou van 40 jaar verskriklik gemis en sy kon sien hoe hy na 'n jaar na haar ma se dood weg gekwyn het. Sy moet eintlik vandag ingaan dorp toe, miskien sommer by die dokter se spreekkamers 'n draai maak. Dalk kan Sanna vandag al saam haar ry kliniek toe, dink sy. Die dok is Saterdae oop tot 11uur

Kristel stap af in die rigting waar die plaashulp bly. Die mooi duplex huisies wat haar oorlede pa destyds vir hulle gebou het huisves 20 werkers en hulle families. Die wit geverfde geboue staan uit teenoor die lowergroen grasperke rondom die duplexe. Na sy als gereel het met Sanna loop Kristel terug huis toe en begin regmaak om dorp toe te ry. Sy hoop haar bakkie het genoeg diesel in, anders moet sy Sipo vra om die bakkie vol diesel te maak voor hulle ry. Die 30 km rit dorp toe is net die regte tyd om met Sanna te praat oor hulle plaas lone. Samson is die werkers se spreker as daar onderhandel moet word. Die afgelope jaar het so sleg gegaan dat sy net-net die werkers se lone kon dek elke maand.

Later die oggend skakel Kristel die bakkie aan. Die bakkie was haar oorlede pa s'n gewees en sal binnekort ook gediens moet word. Ford in die dorp se dienste is relatief duur deurdat hulle nie altyd die parte tot hul beskikking het nie en moet dit aangekoop word van 'n ander handelaar van 'n naby geleë dorpie.

Daar kom Sanna nou aangeloop.

"More nonnatjie Kristel, dankie dat nonnatjie my saam vat dorp toe."

Sanna wil agter op die bakkie klim toe Kristel haar roep om voor te kom sit.

"Jy kan nie agter sit nie Sanna, jy is so deftig vandag. Die stofpad gaan jou mooi geel rokkie net vuil maak jong."

Paar minute later ry Kristel die opstal uit en ry al langs die plaaspad af teerpad toe. Oor die radio speel Yellow brick road van Elton John en Kristal sing saam met die liedjie in haar gedagtes. Soos die tweetjies die klein dorpie nader vertel Kristel vir Sanna haar reëlings wat sy als in die dorp wil doen.

"Ek gaan eerste by die dok stop Sanna, ingeval hy weer 11 uur toe maak vandag."

In die dorp klim Christiaan van Schalkwyk uit sy swart Bogatti uit. Hy trek sy swart lyntjies broek reg en haal sy swart baaitjie agter uit die kattebak uit en trek dit aan. Vandag is sy eerste dag in diè dorpie as 'n aflos dokter. Dokter Groenewald het hom gevra om Augustus maand by sy spreekkamers af te los terwyl hy oorsee is in Engeland vir 'n seminaar en sommer die aangeleentheid gebruik om bietjie verlof te neem vir die oorblywende 3 weke. Christiaan weet nie hoe sy vriend in die klein dorpie kan besig wees nie. Dis nie veel groter as die dorpie waarin hy groot geword het in die Noord Karoo nie. Sy pa wou mos hê hy moet 'n Marino skaapboer word maar het eerder sy loopbaan as 'n plastiese shirurg en snykunde gevolg. Hy't as 'n ortopeet sy dokters graad gevang en toe verder gaan leer in plastiese snykunde. Sy praktyk in Kaapstad is langs die Groote Skuur hospitaal. Hy het 20 verskillende dokters wat vir hom werk en hulle spreekkamers is almal in die drie verdiepings gebou "Your Skin". Hy het baie jare gelede as 'n algemene dokter begin werk en hoop maar hy kom gou weer in dit in.

Ek moet seker my hare agter in 'n ponie stert vas maak voor ek vergeet, herhinder hy homself aan sy voorkoms as 'n huis dokter. Mens moet maar altyd netjies wees en nog meer as jy 'n vriend se praktyk behartig vir 'n paar weke. Hy haal sy dagboek uit, wat is die ontvangs dame se naam nou weer? dink Christiaan in sy agterkop. Waar het ek dit nou weer neergeskryf wonder hy soos hy deur sy dagboek blaai. Daar staan dit, Suzette ontvangsdame. Hyt haar naam twee weke gelede neergeskryf toe hy laas met sy dokter vriend Kobus gesels het met die maak van die reëlings

Christiaan stoot die spreekkamers se deur oop. Agter die toonbank sit 'n blonde kop vrou, haar hare is los en gekrul en hang oor haar skouers.

"More, kan ek help?" vra sy beleefd.

Voor haar sien sy die jongerige man seker so in sy mid 30's som sy Christiaan op. Sy ken hom nie, hy is definitief nie van die aria nie. Sy donker swart hare en helder blou oë kyk amper deur haar. Sy sterk vierkantige kakebeen en gesig se gelaatstrekke komplimenteer sy groot breë skouers. Sy kyk op na hom waar hy voor haar staan. Hy is nogals redelik lank dink, sy so ewe. Sy voel hoe hy straks na haar kyk. Hy is vers te deftig aangetrek vir 'n plaasboer. Sy ken basies almal wat in die dorpie en omliggende plase woon.

"Is u verdwaal meneer?" vra Suzette hom. "Doktor Groenewaldt is weg vir 4 weke meneer en die aflos dokter kom blykbaar eers môre oggend in."

Christiaan kyk die dame voor hom vierkantig in die oë.

"More mevrou. Ek is Dr van Schalkwyk. Dr Groenewaldt het my gevra of ek hom kan help vir die paar weke terwyl hy op verlof is. Ek het 'n dag vroeër deur gekom om die spreekkamers te kom besigtig as ook die afsprake vir môre deur te gaan en in hulle lêers deur te blaai vir vorige besoeke. Noem my asb sommer Christiaan dit is my naam. Dokter klink so professioneel en onpersoonlik."

Nes u verkies dok, ek bedoel Christiaan, my naam is Suzette de Wet. Bly te kenne

Verhaal vervolg in Maart uitgawe

Vervolg verhaal: Deur Etienne Blignaut

ZCC

ZCC skokkend... (persoon wat met dit uitgekom het se naam verwyder om hom te beskerm)

I am an ex member of the ZCC church. I am not here to ask any questions I am here to answer them.

ZCC baptism is done in the name of:
-Engenus
-Edward
-Barnabas

When you are baptized you are giving your soul to these 3 people that is how I was able to get a job, and that is how they told me about my secrets because I was under Lekganyane (leader of the church).

The Badge
The badge is made out of:
1. the star
2. The black cloth
3. The green cloth

I was a member of the church for 9 years before I saw that it is too much to bear and God saved me. I was supposed to be promoted to a bishop but after I found out this information I refused.

The star: is the star of the goat sign but they simply turned it around.
The black cloth: The black cloth represents death, meaning you are under the spirit of death and Lekganyane is able to use you as a blood sacrifice in Moria.
The green cloth: The green cloth represents "grass" meaning you are of this world and the flesh is what controls you.

When I impregnated my girlfriend, I was ashamed because it is sin to have children out of wedlock. I approached bishop who told me that in their church it is OK to impregnate women and not marry them so I don't need to be worried.

The ZCC cap for men that I used to wear has a frame on the inside, when you wear the cap you must make sure that it is right enough. The frame is Lekganyane controlling the man as the head of the household so it makes it easier to recruit the whole family.

The tea:
Nobody can tell you where the green and yellow box of tea with lekganyane picture is made from. Well I can. I was invited to a secret meeting where I would be promoted to bishop, the meeting was held at Avalon cemtry at 8pm in 2014 I remember very well. I arrived and was lead to a passage which leads under the graves.. There I could see almost like a factory with machine and dead bodies everywhere.. The tea is mixed with burnt human flesh..

ZCC members I know that you have asked yourself why does the salt that you buy from Moria have black ashes? I know you were afraid to ask, but I am answering you right now, the black ashes in the salt is the burnt flesh of a human being.

Moria:

Every once a year we go to Moria, and there you give thank to Lekganyane. Have you ever asked yourself why thank Lekganyane and not God? Who kept you alive, is it God or Lekganyane? Well in ZCC church the members are kept alive by Lekganyane due to the baptism that they went through..

Sacrifice at Moria:
While the thousands gather and make their way to Moria.. There are some members who are forced to give up their lives to thank Lekganyane. This is called the ultimate sacrifice. You will receive an SMS to say that you are summoned by Kgomo and when you arrive at the meeting place you will never return back home. That is why they sing the song "La Kgomo aya tang, reya tena"

I was saved by the Spirit of God who came to me and told me to go to a certain pastor who will pray for me.. Today I have accepted Jesus Christ as my Lord and Savior I am no longer a member of ZCC. Those who are still members, please it is not too late. God has sent me to tell you that He is a merciful and forgiving God, He will wash your sins away by the blood of the Lamb who was shed, Jesus Christ. Amen

Bron: Facebook

Blanke kinders se swaarkry!!

Uit die argief

Please support this project to help a white children ,The poorest of the poor living crying for your help ,there no government help neither chain stores. They in need off your help
The story continues with u .
Help us with Awarness ,
Partner with those leading the change
Let us voice been heard stop discriminate poorest people off the poor they also human .
Media and government hide the voice off white poor people from the world
The Truth about South Africa white children
Different camps Christmas Santa box
104 Children Newlands ,Claremont ,Vrede dorp Community.88 children Krugersdop west ,123 Children Pretoria Help with Christmas Santa shoe box needed food and clothing
Squatter camps conjure up images of poverty, filth and isolation for the regular person around the world. People often do not visit these secluded places, there is no time, there are urgent needs to attend to and the destitute are forgotten. The cry of a child is not heard. There is no song to sing as the dark endless days of helplessness grow.
One hundred people, one bathroom and a shared kitchen, equal health disaster. A proud father, able to work and provide for his family was suddenly without work, desperation sets in as he walks up and down the streets trying to find a job. People began to realize there was a real problem and their eyes opened to the crying children who begged for a piece of bread. Hungry, sick, cold and dying, helpless parents witched as their offspring suffered.
Children in need off your help suffers. no food and less help because they white kids . Churches ,Chain Stores neither the Government will not help these white people please we put out the distress call help our people
. .The poorest off the poor of white people in desperate need off help.
Mail us Lcronje6@gmail.com
boeregemeenskaptransvaal1@gmail.com or Lcronje6@gmail.com
Contact 0736317914
Give back to your people in need and lets help them now
Company welcome / Friends / family any one and share to expose the truth whats happening to our people www.Boeregemeenskap.org.za
Boere Gemeenskap Transvaal FB page
Be part join us and come help with us these people

Al is die artikel 'n tyd terug het ons NOG STEEDS HULP nodig vir ons kinders!!

Moenie ophou help nie!!!!!

Hoekom word dit weg gehou uit die media?





White Children Urgent in need off your help Poorest of the poor in squatter camps Heartbreaking how our children must suffer .



HELP!!!

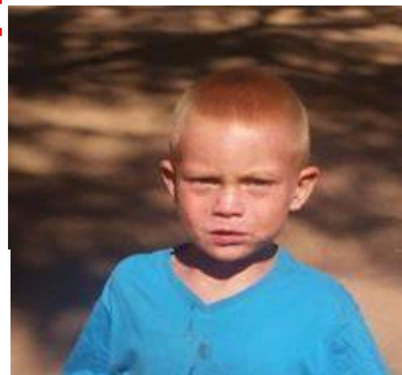
Ons

Kinders

Please do donate Food ,Blankets ,Toiletries,Clothing ,shoes ,unwanted goods ,Tents,Money donations







Contact us today we can collect! 0736317914 Leon Lcronje6@gmail.com

We are authorize Non Profit registered NPO 162-012

FEITELIKE VERTELLING VAN DIE STADIGE OORLOG IN SA

Geskryf deur: Herman Smalberger

Die aanslag, oftewel die oorlog teen die blanke Suid-Afrikaner is in volle swang. Op die paaie, in winkelsentrums, in ons dorpe, in ons eie woongebiede, in ons huise en op ons plase ly ons onder die terroriste-aanvalle.

In die vroeë- en middel-80s het die formaat van guerilla-oorlogvoering drasties verander. Van die tradisionele slaan-en-vlug skermutselinge wat ons magte in die bosse van SWA en Angola mee rekening gehou het, het die oorlog na die stedelike gebiede verskuif. Toe het ons regeringsmagte hulle binne die lokasies gehou en beheer. Sedert die bewindsoordrag na die ANC-bevrydingsbeweging, of terroriste-organisasie sal waarskynlik 'n beter benaming wees, in '94, is 'ons magte' nie meer ons s 'n nie. Ons het nie meer gestruktureerde, toegeruste magte nie.

Die afgelope klompie jare het ons 'n duidelike hervorming van die terroriste-strategie in SA waargeneem, beide in taktiek en intensiteit. Die slagvelde het verskuif van die swart woongebiede tot binne-in ons dorpe. Waar staatsgeboue en -eiendom tot onlangs toe geteiken was, het ons besighede, huise en eiendom nou die teiken geword in massa-aksies.

Die regeringsmagte wat veronderstel is om eiendom en lewens te beskerm, staan nou en toekyk hoe eiendom geplunder, vernietig, en verbrand word.

Wanneer hulle veronderstel is om ons lewens te beskerm, tree hulle teen ons op, om ons te verhoed om ons eie lewens en die van ons mense te beskerm tydens hierdie massa-aanvalle.

Die massas word maklik betrek en raak geredelik deel van die hordes, eerstens deur intimidasie en opsweping, en tweedens omdat daar buit te maak is tydens die plundering. Hierteenoor het ons te make met die aanslag teen ons, ons Volk, en die blanke in die geheel.

Tydens die massa-aksies, die sg. protes-optrede, is lewensverlies 'n absolute waarskynlikheid, hoewel dit nie die berekende oogmerk en doel is nie. Ten tyde van die grootskaalse massa-aksies in Lichtenburg en Coligny is hierdie aanname bewys. Telkens is die huisbewoners gewaarsku en gemaan om hul huise te verlaat voordat die aan die brand gesteek is. Die teenwoordigheid en houding van ons eie magte in die omgewing en die bedreiging wat dit vir hulle ingehou het, kon natuurlik hiertoe bygedra het. Daar is ongelukkig geen waarborg dat dit vir altyd die tendens sal bly nie. Die voortdurende gebruik van rasse-uisprake wat deur leiers en politici gemaak word, is ooglopend daarop gerig om verdeeldheid in die samelewing te saai en rassehaat aan te blaas.

Die logiese gevolg daarvan is dat die massa genoeg aangespoor kan raak dat hul woede en haat gestalte vind in geweldadige optrede teen enige en alle blankes. Die voortslepende massa-aksies is een element van die totale terroriste-aanslag teen ons. Die doel daarvan is om vrees en wanhoop in die harte van ons mense te skep, wat uiters geslaag is. Verder het dit ten doel om ons oor die lange duur sielkundig en fisies uit te mergel.

Die ander aspek van die aanslag teen die blanke is baie meer sinistêr. Dit is die konvensionele gewapende terroriste-aanvalle waarna verwys word as plaas- of huisaanvalle en wat die regering, liberales en media almal probeer wysmaak is blote misdaad. Dit is inderdaad nie. Dit is beplande, goeddeurdagte terroriste-operasies uitgevoer deur opgeleide, goedbewapende, toegewyde terroriste wat in selgroepe optree. Hierdie selgroepe word saamgestel uit beide immigrante en lede van die plaaslike bevolking. In die gevalle waar daar wel arrestasies gemaak is, is die meerderheid van die verdagtes immigrante, omdat die plaaslike lede maklik in die gemeenskap wegsmelt. Die insluiting van plaaslike mense in die selgroepe is van uiterste belang in die beplanning en uitvoering van die aanval omdat die immigrante nie vertroud is met die terrein, taal, of gemeenskappe plaaslik nie. Dit kniehalter hul bewegings en vermoë om in die agtergrond in te smelt.

Gedurende 2012 het Julius Malema na Zimbabwe gereis waar hy die gebruik van Mugabe se elite-troepe bekom het vir opleiding en leiding in die gewapende stryd. Kort hierna het daar 'n vlaag aanvalle in die Zeerust-distrik plaasgevind. Binne die bestek van 2 weke is daar 7 dodelike aanvalle uitgevoer. Is dit toeval dat Zeerust die eerste dorp op die roete vanaf Zimbabwe na Suid-Afrika is? Dis insiggewend dat die 5 verdagtes wat vir die aanvalle aangekeer is, Zimbabwese burgers was.

Die veronderstelling dat dit terroriste-selle is wat verantwoordelik is vir die aanvalle op beide plase en in dorpsgebiede, is gebaseer op die feit dat die aanvalle in reëlmaat in vlae in spesifieke gebiede uitgevoer word. Die Zeerust-distrik, Nylstroom, die Springbokvlakte, Wes- en OosKaap, Natal, so kan die teenwoordigheid van selle in spesifieke gebiede identifiseer word. Telkens is die kommentaar na 'n aanval dat dit met militêre presisie uitgevoer is. Hoekom word ons mense so gruwelik geskend en wreedaardig gemartel voordat hulle vermoor word? Om vrees in te boesem is deel van, en die doel van terrorisme. Die sielkundige en fisiese effekte van die aanval is vir die terroris ewe belangrik.

Die feit van die saak is, ongeag die teenstrydige menings wat uitgespreek word van regeringskant, deur liberale organisasies en die beheerde media, ons Volk is die slagoffer van 'n goed-georganiseerde terreur-aanslag. Die propaganda-oorlog is die derde been van die aanslag teen ons. Ontkenning van die werklikheid, soos wat daagliks deur die ANC-regering en sy agente en -organisasies die wêreld ingestuur word, met behulp van die beheerde media, is daarop gemik om ons verder te isoleer en te verdeel. Praat hieroor, en ons word dadelik veroordeel en gebrandmerk as aanstigters, opswepers, radikales, die ver-regse minderheid. Terme soos fassiste, Neo-Nazis, Nasionaliste (asof dit 'n skeldnaam is), word vrylik toegeken. Daarenteen word groot gewag gemaak van die sukses van die Nuwe Suid-Afrika, die welstand van die Reënboog-nasie, terwyl die harmonie tussen bevolkingsgroepe besing word. Die aandeel van propaganda in die aanslag teen die blanke in Suid-Afrika, is net so fel as die van massa-aksies en tereurdade, en net so destruktief.

Die aanslag teen ons is drieledig: intimidasie deur massa-aksies tussen ons huise, beheerde terroriste-aanvalle op ons huise en plase, en propaganda-taktiek om ons te verdeel en passief te hou.

Hierdie artikel is feitelik eerder as emosioneel, en het ten doel om die leser bewus te maak van die aard en erns van die aanslag teen die Boervolk. Kennis en begrip is belangrike wapens in die stryd waarin die Boervolk homself bevind.

Kan jy nog onthou

































FRANCOIS DEYSEL – *STERREKAART*



FRANCOIS DEYSEL BEHAAL STERSTATUS MET EERSTE ENKELSNIT

Radio-omroeper en besigheidsman, **Francois Deysel**, is al versot op musiek vandat hy kan onthou. Alhoewel die plattelandse dorpie, waar hy grootgeword het, vir hom min geleenthede gegee het om te groei op hierdie gebied, het hy nooit sy droom opgegee nie... 'n loopbaan in musiek is immers reeds lankal vir hom in die sterre geskryf.

Sy eerste enkelsnit, ***STERREKAART***, is pas vrygestel en spog met 'n lekkerluister, kontemporêre aanslag, wat jou nooi om saam te sing en dans.

Die treffer, uit die pen van bekende liedjieskrywer Anton Botha, is 'n liefdesliedjie wat juis gaan oor 'n musikant se liefde vir musiek en dit is hierdie boodskap wat dadelik Francois se aandag getrek het. *"Ek het die snit gekies, want ek het myself daarin gesien en ek glo dat elkeen 'n stukkie van hulleself daarin kan vind. Dit gaan daaroor om die pad van jou hart te volg, sodat jy jou liefde kan vind en kan deel,"* vertel die sanger. *"Al is dit 'n liedjie oor 'n musikant se liefde vir musiek, kan jy enige liefde daarin sien. Hopenlik sal die publiek dit met 'n oop hart aanvaar."*

Hierdie Vrystater, wat kon sing nog voordat hy behoorlik kon praat, werk al vir agt jaar in die musiekbedryf. Alhoewel hy eers onlangs sy eerste enkelsnit uitgereik het, tree hy al vir jare op en het hy ook sy eie program gehad op die internetradiostasie, FM Stereo, waar hy sy bes gedoen het om vir nuwe opkomende talent die nodige blootstelling te gee. Francois beskou egter die vrystelling van sy eerste enkelsnit en album as die grootste hoogtepunte van sy loopbaan sover en hy is nog nie vir 'n dag spyt dat hy die platteland vir die stad se liggies verruil het nie. Hy is baie doelgerig en het nog baie planne vir die toekoms, wat 'n klein teaterproduksie en landswye toer insluit.



As jy hom vra wat hom inspireer om sekere musiek te sing, sê hy: *"Vir my om enige lied te sing, moet ek myself daarin kan vind. Die boodskap moet my hart raak. Dis 'n storie wat jy oordra, en die gevoel moet daar wees. So as ek iets nie "voel" nie, sal ek dit nie sing nie."* Dieselfde geld ook vir die musiek waarna hy graag luister en hy erken ook dat, alhoewel hy lief is vir enige musiek, Afrikaans hom die naaste aan die hart lê. *"Musiek voed die siel en genees die hart en daar is baie liedjies wat my deur moeilike tye gedra het."*

STERREKAART is nie net strelend op die oor nie, maar 'n bewys van wat jy met groot drome, deursettingsvermoë, harde werk en passie kan regkry. Dit is maar net die begin van groot dinge vir **Francois Deysel** en ons kan nie wag om te sien watter drome, op sy lewensavontuur, nog gaan waar word nie.

HAPPY LANDINGS!!!





Modes uit die 80's







Mega Airlines hired a new CEO. Like all airline CEOs, he was certain that all his employees worked too little and made too much. The new boss was determined to rid the company of all slackers. On a tour of the company's very large maintenance hangar, the CEO noticed a guy leaning against the wall. The room was full of workers and he wanted to let them know he meant business.

He walked up to the guy and asked, "How much money do you make a week?"
A little surprised, the young man looked at him and replied, "I make $500 a week. Why?"
The new CEO dug in his pocket and came out with a wad of cash. He counted out $2,000 and slapped it into the clearly confused young man's hand while screaming, "Here's four weeks pay, now GET OUT and don't come back!" The startled young man darted for the door.

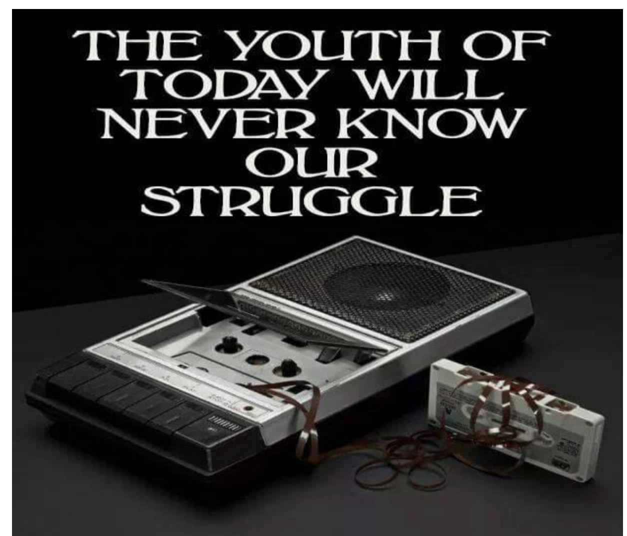
Feeling pretty good about himself, the CEO looked around the room and asked, "Does anyone want to tell me what that goof-ball did here?"

From across the room came a voice, "Pizza delivery guy."

Dankbaarheid in my hart.

My liggaam voel soms seer, maar hy werk nog.
Ek slaap nie goed party aande nie, maar ek staan elke dag op om nog ń dag aan te pak.
My beursie is nie vol nie, maar my maag is.
Ek het nie al die goed wat ek wil hê nie, maar ek het als wat ek nodig het.
Ek is Dankbaar want al is my lewe nie perfek nie, dit is my lewe en ek is gelukkig.

Ek is Dankbaar vir ń kans om te lewe, selfs met al sy teleurstellings en hoogte punte.
Dit is ongelooflik, dat daar altyd iets is om voor Dankbaar te wees, elke liewe dag.



Uit Gansbaai se kontrei

Uit Gansbaai se kontrei

Wil jy iets laat maak uit hout ?

Soek jy 'n eerlike en betroubare persoon vir die werk?

Soek jy goeie kwaliteit werk?

Soek jy bekostigbare pryse?

Dan is Riaan Le Roux net die persoon om jou te help!!



















Kontak

Riaan - +27 72 323 1999

(Kan ook Whatsapp)

E Pos: rnleroux38@gmail.com









Gedigte

BEURTKRAG

GEDIG DEUR BERNARD FIELIES(KOPIEREG ©)

Eskom, daar maak jy wraggies wéér so!
geen rede meer om in jou te glo
na soveel leuens moes ons al luister
hier sit ons droewig in die duister

soek koffie terwyl ek na die ketel kyk,
maar die water kon nie kookpunt bereik
alles in my "deepfridge" is al vrot
ek ly verlies in my looiende lot



kyk alte lekker na "sewende laan"
na die storie oor Willem en Mariaan,
maar net toe Rikus die ding wil laat ruk
word my tv se skerm so swart soos pik

my "phone" kan nie "charge", ek "moan" omtrent
en my battery staan nou op twee persent
treur oor die toekoms, die kwessie kwel
en my "generator" se dae is getel

by die "barber" moes ek 'n rukkie bly,
want hy kon net die voorste helfte sny
gesukkel in "stage four" gee my stres
op die "powerless" pad probeer ek my bes

die ongerief gee my iewers 'n kramp,
maar hou kop bo water met kers en lamp
dis nag, geen oplossing nou in sig
maar dalk loop ons eendag wéér in die lig

kan nou net kerm, baklei en betoog
en daarná word ons tariewe verhoog
soek iemand om dinge duidelik te maak,
maar Eskom is skaars "when days are dark"

DIE KERMIS



DEUR: YOLANDA MILLS

Ons is almal opgewonde, die kermis is in die stad
Ons wag gretig dat pa moet sê: "Kom ons val in die pad"
Uitgedos vir die geleentheid kan ons ons ongeduld nie beteuel
Terwyl ma die piekniekmandjie pak om met Pa se reelings te oorvleuel
Uiteindelik kom die wagwoord, " ons kan nou maar ry
Laai die mandjie, kinders kom", die gewag is darem verby
Ons sing vrolik in die kar terwyl die kilometers kwyn
En die kermistent uiteindelik voor ons oë verskyn
Ons kan skaars wag en bondel uit oplaas is ons hier
Terwyl kleur en vrolikheid die kermisgrond versier
Daar is mallemeule, 'n groot wiel wat draai
Die mense hang in die lug
Ek wil ook op die seekat swaai
Maar ma hou ons eers terug
Daar is karretjies wat snel en teen mekaar bots
Dit lyk na soveel pret en plesier
Die opgewondenheid is so groot ek kan dit skaars verduur
Ons wil sommer op alles ry maar ma en pa sê dis darem te duur
Daar is nog baie ander goed ook so ons moet mooi besluit
Maar een ding is verseker pret gaan ons hê daar is niks wat ons sal stuit.

When the smoke clears.

BERNADEDETTE BARNARDT
(kopiereg©)

The dark fingers of my mind
Has never been kind
All the things I cannot find
Through shadows
My feet stumble

On disorganized rubble
A dark figure sat huddled

Swaying back and forth
Waiting dispassionately
For my new found elatedness
To cross over to the darkness.

PRINGLEBAAI

Pringlebaai is 'n klein kus dorpie tussen Rooi-Els enBetty'sbaai, met Kleinmond, wat sowat 30km van Hermanus is, die "hoof inkopie mecca" van ons kontrei.

Hier lyk die see elke dag anders , die lug is blouer, die son skyn helderder en op 'n wolklose aand is die sterrehemel soos 'n tiara vol diamante wat pryk teen die naghemel.

Die lug is skoner hier, want ons ken nie besoedeling nie. Ons ruik nog die see, die fynbos en al die andermooi dinge wat in die groot stede verdwaal tussen die besoedelingswolke.

Die voëltjies kwetter vrolik vroeg soggens, en die paddakoor sing luidkeels so teen die aandskemering.

Die tempo van ons bestaan hier is ook nie so vinnignie, en ons lewe is baie rustiger as die gejaagdheid van die stedelinge wat noodgedwonge 'n sneller pas moet handhaaf.

Ons moet soms ons spoed verminder om 'n skilpad, 'n bokkie, 'n ystervarkie of 'n meerkatte vermy, en so af en toe hoor jy in die nag die skrilklanke van 'n muskeljaatkat.





Hier loop ook nog 'n verdwaalde luiperd of twee rond tussen Pringlebaai en Betty'sbaai, wat soms astrant genoeg is om in mense se tuine sy verskyning te maak, want die meeste erwe is nie omhein nie en die fynbos vorm deel van die natuurlike habitat. Ons het ook elke dag besoekers hier in die vorm van tarentale en fisante wat so 'n paarkeer per dag kom vir 'n maaltyd.



En dan natuurlik, moenie die kese vergeet nie! Hulle is gereelde besoekers, en wanneer hulle die dag inbreek, saai hulle chaos in 'n huis! Ons het 'n paar jaar terug so 'n ondervinding gehad, en dit was vir jou 'n affêre gewees! En hulle hou nie op om weer te probeer nie!

Ons buurman is 'n kranige visserman, en ons kry dikwels so 'n vissie direk uit die see uit.



Vroeërjare het my oorlede man wat 'n bootjie gehad het, en ek dikwels die see ingevaar en vars kreef gaan haal daaronder by Maasbaai waarons die boot te water gelaat het.

Daar is nog so baie wat ek omtrent Pringlebaai en sy inwoners kan vertel, maar ek volstaan vir nou met bogenoemde.

Dier van die maand



Swart luiperd het in 100 jaar vir die eerste keer in Afrika voorgekom

Die uiters skaars vroulike kat het melanisme, 'n toestand waarin die liggaam 'n oormaat pigment produseer.
Hulle sê swart katte bring ongeluk, maar toe Nick Pilfold van een van die mense in Sentraal-Kenia hoor, het hy geweet hy is op iets spesiaals.

Die Kenia-gebaseerde bioloog en sy span het vroeg in 2018 'n stel kamera-valle in die bosveld van Loisaba Conservancy ontplooi. Dit was nie lank voordat hy gekry het waarvoor hy gesoek het nie: onmiskenbare bewyse van 'n super-seldsame melanistiese luiperd.

Die jeugdige vrou het 'n groter, gewoonlik gekleurde luiperd gehad wat vermoedelik haar ma was. (Sien ons eksklusiewe prentjie van 'n skaars swart wildkat wat in Afrika gesien is.)
Die teenoorgestelde van albinisme, melanisme is die gevolg van 'n geen wat 'n oormaat pigment in die vel of hare van 'n dier veroorsaak, sodat dit swart lyk. Melanistiese luiperds is al dekades in en om Kenia aangemeld, maar wetenskaplike bevestiging van hul bestaan bly redelik skaars.
Gepubliseer in Januarie in die Afrikajoernaal van Ekologie, verteenwoordig hierdie foto's die eerste wetenskaplike dokumentasie van so 'n wese in Afrika in byna 'n eeu.

"Byna almal het 'n storie om een te sien, dit is so 'n mitiese ding," sê Pilfold, van San Diego Zoo Global se Instituut vir Bewaringsnavorsing.

"Selfs wanneer jy met die ouer ouens wat gidse in Kenia was, baie jare gelede, terug toe ek wettig was [in die 1950's en 60's], was daar 'n bekende ding dat jy nie swart luiperds gejaag het nie. As jy hulle gesien het , jy het dit nie geneem nie. "
Lewe in die skaduwee

Daar is nege luiperdspesies wat wissel van Afrika tot in Oos-Rusland. En terwyl 11 persent luiperds vandag lewendig is, is melanisties, sê Pilfold, die meeste word in Suidoos-Asië gevind, waar tropiese woude 'n oorvloed van skaduwee bied.

Sy het gedink dat melanisme addisionele kamouflage in dié habitatte bied, wat die roofdiere 'n voordeel gee as dit van toepassing is op jag, sê Vincent Naude, projek-koördineerder van die luiperdgenetiese forensiese projek vir die nie-winsgewende Panthera, wat nie by hierdie navorsing betrokke was nie.

BRON: National Geographic [Vertaal]





BOERERATE:

Raadpleeg tog asseblief eers 'n geneesheer as julle van die rate wil gebruik, die samestellers aanvaar geen verantwoordelikheid vir enige gevolge met die gebruik van die rate nie. Die rate is nie bedoel vir gebruik nie maar as bewaring van ons erfenis

BEROERTE...Deur gereeld piesangs as deel van jou daaglikse kosinname te hê verminder jy die risieko van beroerte met soveel as 40%.

BLAAS...Vir blaas infeksies neem jy twee eetlepels kaneel en een teelepel heuning in 'n glas louwarm water en drink dit. Dit vernietig die kieme in die blaas.

BLAAS...Vir blaaspyn...trek kruisement soos tee...en drink 'n warm koppie vol.

BLOED...Hoë bloeddruk...Sit 2 eetlepels heuning....1 eetlepel salpeter...1 pakkie engelse sout en die sap van 1 suurlemoen in 'n glas bak. Gooi nou 1 pint kookwater oor en meng tot alles mooi opgelos is. Sit in houer met deksel sodra dit afgekoel het. Drink elke oggend vir 10 dae op jou nugtermaag 1 wynkelkie hiervan. Slaan 10 dae oor en begin weer van voor af.

BORS...Neem 1 ½ eetlepels kerrie en meng deeglik met ½ koppie beesvet. Smeer die mengsel op 'n flennielap en sit op bors. Herhaal soos nodig

BORS...Vir 'n slegte bors het Ouma kamfer tussen die skouerblaaie gevryf om verligting te bring.

BORS...Vir bors wat toetrek doen die volgende. Smeer ongebleikte linne met bokvet, strooi skoorsteenroet daaroor en plaas op die bors..

HANDE...Smeer melksalf aan hande as hulle skurf is

HANDE...Vir sagte hande vir die vrouens, kan hulle so 3 eetlepels olyfolie warm maak in die mikrogolfoond en dit aan die hande smeer. Dit werkgoed.

HANDE...Vir skurwe hande...Meng kerswas met parafin 50/50 en smeer soggens en saans aan om hande weer sag te maak.

Wenke

VLOER TEËLS:
Heavy Duty Vloerteëls Reiniger:
¼ kop wit asyn, 1 eetlepel sunlight skottelgoed seep, ¼ kop koeksoda, 1/2 koppie brand spiritus en 8 liter baie warm kraan water. Was vloere hiermee, dit maak vloere silwerskoon en ruik heerlik vars.

Ruite:
Meng 1 liter warm water en 125ml brandspiritus. Voeg 125ml paraffien en 125ml stysel by om vlieë en muskiete weg te hou en jou ruite sonder strepe skoon te maak.

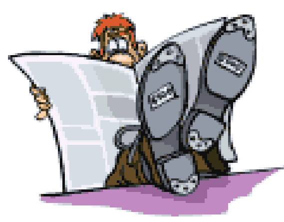
Materiaal skoonmaker:
Meng ½ koppie asyn, 1 koppie sodawater, 1/2 koppie sunlight seep en ¼ koppie suurlemoen sap in 'n sprei bottel, skud goed om alles te meng. Sprei liggies op materiaal waar nodig is, gebruik 'n sagte borsel om te vlek te verwyder en vee dan met 'n sagter lappie

Vloeibare seep konsentraat vir jou wasmasjien:
Meng 1 koppie was soda (sodium carbonate / soda ash), 1/2 koppie vloeibare seep soos (Ariel Washing Liquid Detergent) met 8 koppies water. Stoor in 'n bottel. Gebruik 1/3 koppie op 5kg wasgoed.

Skoonmaak van opwasbak en baddens se pype:
Weet jy ek maak 'n punt daarvan om een keer 'n maand 'n pak sout (1kg) aan te maak met so 5 liter baie warm water en dan gooi ek dit in die opwasbak of bad, en trek die prop uit. Gooi dan 2 koppies baie warm asyn af en dan weer 'n ketel vol kook water. Die gemors sal weg spoel en verhoed dat die pype aanpak en stink.

MAAK JOU OOND VINNIG SKOON:
Maak 'n pasta met water en koeksoda en smeer dit binne in jou oond (bietjie dikker op die BAIE vuil plekke) en los oornag. Volgende oggend vee jy die meeste uit met 'n natlappie. Dan spuit jy skoon asyn in jou hele oond en vee ook af met nat lap, los jou oond oop tot heeltemal droog binne

Ek vra maar net?



Rykdom

Rykdom

Baie keer sit ek en dink aan rykdom. Wanneer is mens ryk... of wanneer dink jy, jy is ryk. Kan rykdom rerig in geld, status, eiendom ens gemeet word, of waaraan meet ons rykdom.

Dis seker een van ons mense se grootste ondergang, rykdom. Rykdom maak van baie mense, lelike mense. Dit maak dat mense neerkyk op ander, maak dat mense dink hulle is beter as ander. Het ons nie al baie in die lewe hierdie neus in die lug tipe mense gesien nie. Daardie een wat langs jou in trek by 'n vulstasie met sy pepperduur Mercedes, BMW of wat ook al en jou dan so verkleinerde uit die hoogte aankyk waar jy in jou volla of ou Toyota sit. Dan klim hulle uit met ontwerpers klere, duur sonbril en 'n paar duisend rand se skoene. Kyk dan stap hulle mos soos 'n model na die winkel om iets te koop. Hier sit jy met jou ou PT broek en plakkies, sommer R20-00 se Pepstores plakkie en bekyk die storie netso.

Ek was al baie kere dik van die lag vir die "show" wat daar gegooi word of hulle vreeslike ego waarmee elke beweging gebeur. Kom hulle uit die winkel met dalk net 'n botteltjie water, want hulle is mos vreeslik gesondheids bewus......wonder ek baie keer of hulle ooit meer as dit kan koop, na hy die kar paaiemente en alle ander verpligtinge betaal het.

Hoe sê een oom eendag vir my." Neef hulle smile nie oor hulle wil nie, dis hongerpyne wat hulle mond so skeef trek, want hulle verpligtinge is meer as wat hulle kan bekostig".

Kom ons kom terug na die rykdom kwessie, seker 'n onderwerp wat elke mens op sy eie opinie geregtig is. Vir my is rykdom nie geld, mag, status of wat jy ook daaraan wil koppel nie. Nee vir my is rykdom respek, hulpvaardigheid en vriendelikheid, want met die eienskappe bou jy 'n menskombersie om jou. Mense vir wie jy omgee en hulle vir jou. Mense wat jy nie eers ken nie,maar wat jy help en bystaan. Baie keer is dit die mense wat die swaarste kry wat die mees opregte, eerlike en hulpvaardigste mense is. Dis die mense wat altyd die bietjie wat hulle het sal deel met ander wat swaarkry. Hulle sal hulle laaste gee om ander te help. Dis die mense wat die lewe wardeer, wat die mooi en lelik in die lewe gesien het, maar nog steeds die mooi wil aanhang.

Dis wat ek rykdom noem. Rykdom in jou hart en menswees. Rydom in gee en nie verwag om terug te ontvang nie. Rydom om jou medemens te help al gaan dit broekskeur. Wat is lekkerder om 'n mens wat swaarkry 'n bord warm kos te gee, of klere om aan te trek, of 'n kind 'n speelding te gee. Daardie uitdrukking van dankbaarheid op hulle gesigte kan nooit vervang word deur enige beloning nie. Dis die grootste dankie sê geskenk wat mens ooit kan kry is daardie gesig uitdrukking voor jou.

Dan vriende, dan is jy die rykste mens op aarde, dan het jy rykdom gevind. Dan kan jy vannaand in jou bed klim met 'n goeie en geruste hart en môre opstaan met 'n glimlag op jou gesig. Dan kan jy dit sommer vir die wêreld uitskree " ek is ryk!!".

Soveel mense verwar rykdom met aardse besittings en dinge teenoor werklike rykdom. Aardse rykdom is tydelik, maar menswees rykdom binne in jou is verewig.

So vriende, moenie dat blinkgoed, geld en status jou blind maak vir werklike rydom nie. Moenie die verkeerde rykdom aanhang wat eendag vir jou tog niks gaan beteken nie. Begin vandag, dis nooit te laat nie en jaag die regte rykdom na. Daardie menswees rykdom waarmee jy jou eie menskombersie om jou kan hang en virewig kan troetel.

Maak jou hart die tuiste van 'n menskombersie



Uit Dj Uiltjie se pen

Did you know...



For every 500ml of Monster Energy you drink, it takes 24 litres of water to flush it out of your kidneys. The average person drinks 24 litres of water in 24 days.

For every 500ml of Red Bull that you drink, it takes nearly 4 litres of water to flush it out of your kidneys. The average person drinks 4 litres of water in 4 days. (Many people take a week to consume that amount of water).

Energy drinks hyperstimulate your adrenal glands to increase hydrocortisone and adrenalin production, and then the GABA amino acid comes in to suppress the hyperstimulation so you don't feel jittery.

All this extra work for your adrenal glands can lead to adrenal fatigue or crash. The extra hydrocortisone your adrenal glands are producing makes you resistant to insulin.

Throw in all those artificial sweeteners that energy drinks contain, and your pancreas will be working overtime. This can lead to weight gain that shows up specifically in the abdomen. All of this hyperstimulation and production can cause metabolic syndrome, the initial symptoms of which include abdominal obesity, hypertension, diabetes, and high cholesterol. As metabolic syndrome progresses, it leads to heart disease, stroke, kidney failure, and nerve damage.

You have options. An option to sign your own death certificate!

Vreemde vriendskappe













EK HANG MY KOP IN SKAAMTE

Vandag voel ek skaam... Ek dink aan gister by die kassiere toe ek my bank kaart in my motor vergeet het nadat ek die tolpad gebruik het. So halfpad deur my inkopies besef ek my kaart is nog in die kar, loer in die beursie en tel die kontant, ek tel min of meer op wat die waarde van die items in die trollie is. Ek is reg en sal dit maak. Staan in 'n lang tou en wag om te betaal. Soos my gewoonte is gesêls ek met die mense in die tou. Hierdie keer is die slagoffer 'n man, duidelik 'n konstruksie werker en in sy hand is 'n "half loaf" met sy pint melk en blikkie pilchards (ek skuif my duur blikkie tuna onder die groente in...ek voel skuldig). Hy werk net langsaan die parkeer area, besig met die nuwe ingang wat na die mall lei vanaf die hoofpad. Dit word my beurt om te betaal en soos die noodlot toe my mos gesind is kort ek 'n volle R10!

Ek vra die kassiere of ek na my voertuig kan gaan om my kaart te kry. Die man agter my tik my op die skouer en bied my 'n gefrommelde R10 noot aan. My hart krimp want ek sien sy karige maal teenoor my trollie met "gesonde en luukse" kos. Ek wys dit eers van die hand en hy sê vir my: "Moenie worrie, die Here seën ons elke dag." Heel verleë neem ek sy geld en bedank hom uit die diepte van my hart. Ek wag vir hom om sy goedjies te betaal en vra hom om saam met my te stap. Ons kom by my motor en wil munte uit haal en vir hom gee, wat vir parkeergeld bedoel is. Trek die sigarethouer se laaitjie oop en daar geen is munte maar 'n R200 noot! "Die Here sal jou altyd in veelvoud seën as jy gee sonder om iets terug te verwag". Die man was verslae oor die geld en sy woorde was vervul. Ek weet nou nog nie hoe die R200 daar gekom het nie!

Sy woorde: "Ek kan vir my fiets "patch en solution" kry. Môre spaar ek taxi geld!" Dan dink ek by myself...ek is vandag net dankbaar...daar is nog goeie mense wat regtig omgee

KAN JY GLO ?

- Slegs 11% van al die mense op aarde is links handig.
- Augustus maand het die hoogste geboorte syfer van al die maande.
- Die gemiddelde persoon raak binne 7 minute aan die slaap.
- 'n Beer het 42 tande.
- 'n Volstruis se oog, is groter as sy brein.
- Die Hawaiise alfabet bestaan uit 13 letters.
- 'n Kreef se bloed is deurskynend, maar word blou sodra dit in aanraking met suurstof kom.
- Die letter wat die meeste gebruik word in die alfabet is "E".
- 'n Kat het 32 spiere in elke oor.
- Elvis Presley se middel naam was Aron.
- 'n Kameelperd maak sy ore skoon met sy eie tong, wat 53.34 cm lank is.
- Toilette gebruik ongeveer 35% van jou binnenshuise water verbruik.
- "The quick brown fox jumps over the lazy dog" - gebruik elke letter van die alfabet.
- 'n Spons hou meer koue water as warm water.
- Vuur beweeg vinniger opdraende, as afdraende.
- Jy kan 'n Koei met trappe laat opklim – maar nie afklim nie.
- Padda's kan nie met hul oë oop sluk nie.
- Jou tong is die orgaan in jou liggaam wat die vinnigste herstel.
- 'n 1 minuut soen, verbrand 26 kalorië.
- Jy verbrand meer kalorië terwyl jy slaap, as wat jy voor die tv sit.

Mooi bly maar mooi!!













Waar is ons mense?

Met tienduisende Afrikaners vandag versprei oor die wêreld heen het die vraag oor wat van die Argentynse Afrikaners en hul nageslagte geword het.

Daarin het 'n middeljarige vrou, een van die laastes wat nog 'n bietjie Afrikaans magtig is, in 'n telefoniese onderhoud vertel hoe daar omtrent niks van die Afrikaanse taal en kultuur in Argentinië oor is nie.
Dit was waarskynlik die eerste keer sedert 1992 dat daar weer uit Suid-Afrika kontak gemaak is met die "reste" van die Argentynse Afrikaners. In daardie jaar het die ou SAUK TV-opnames van sy gewilde Spies en Plessis-program onder die Afrikaanse gemeenskap in Argentinië gaan doen. Ek is namens Nasionale Koerante saamgestuur.
Met Ollie Viljoen as regisseur, die befaamde storieverteller, Jan Spies, komediant Tolla van der Merwe (albei sedertdien dood in motorongelukke), die skrywer, PG du Plessis, en die beroemde trekklavierspeler, Nico Carstens, was die toer 'n groot sukses.
TV-gehore in Suid-Afrika is later met die staaltjies, ervaringe en humoristiese vertellings van Argentynse Afrikaners vermaak. Dit het nuwe belangstelling in die wel en weë van dié mense gewek en talle het Suid-Afrika daarna as toeriste besoek en om by familie te kuier.
Daarna het 'n stilte ingetree – verál nadat amptelike diplomatieke kontak tussen die Suid-Afrikaanse ambassade in Buenos Aires en die Afrikanergemeenskap na 1994 doodgeloop het. Vir die Argentynse Afrikaners was dít die naelstring wat hulle met Suid-Afrika verbind het.
Dit hou dalk 'n vermaning in vir die meer as 'n miljoen mense wat Suid-Afrika sedert 1994 verlaat het: Verwaarloos jou mense en jou herkoms en jy sal dit verloor en eindelik afsweer.





Dit lyk of dit ook nou dalk die geval is met die Afrikanergemeenskap wat ná die Anglo-Boereoorlog in 1902 Argentinië toe is omdat hulle as bittereinders nie onder die Britse vlag in Suid-Afrika wou leef nie.
Vir ontsaglike, ylbevolkte Argentinië, toe arm en feitlik onontwikkel, was dit 'n welkome inspuiting. Sy uitgestrekte suidelike helfte, Patagonië (vergelykbaar met ons Groot-Karoo en slegs geskik vir ekstensiewe skaapboerdery), was 'n barre, onherbergsame landstreek waarin niemand belang gestel het nie. Die Argentynse regering het immigrante gesoek om dit te bevolk en te ontwikkel.

Hardwerkende Afrikanerboere was net die regte stoffasie vir hierdie pioniersrol. Verneder en verarm deur die oorlog teen Engeland sou hulle met min tevrede wees. Of so te sê met niks, want daar was niks. Hulle sou ware baanbrekers moes word om te kon oorleef.
Sowat 1 100 mense, hoofsaaklik uit die ou Transvaal en Noord-Vrystaat, is gedurende 1903/4 in drie trekke per skip uit Suid-Afrika weg. In 'n tyd toe emigrasie 'n vreemde begrip was vir eenvoudige, landelike mense van wie baie nog nooit eens die see gesien het nie, moes dit sekerlik 'n traumatiese ervaring gewees het.
Dit was 'n ontwortelde, maar vasberade groep Afrikaners wat ná die lang seereis in Buenos Aires aan wal gestap het. Onder hulle was bejaardes, mans en vroue in hul middeljare, jeugdiges, kinders so jonk as twee jaar en selfs babas met Afrikaanse vanne, soos Visser, Grundling, Henning, De Wet, Van Niekerk, De Lange en Van Wyk.
Ná 'n amptelike ontvangs en beloftes van hulp vir vee, gereedskap en proviand waarvan nie veel gekom het nie, is die Afrikaners per skip na die toe onbenullige hawetjie Comodoro Rivadavia aan die verlate kus van Patagonië in die provinsie Chubut. Dit, en 'n gehuggie, Sarmiento, dieper die binneland in, sou hul dorpe word. Hier het die moeisame taak begin om plase met opstalle en krale te midde van baie sweet en ontberings aan te lê in 'n wildernis met 'n klimaat van uiterstes. Reuse-veeverliese in ysige winters met swaar sneeuneerslae was algemeen.



Ongediertes, verál die berugte Argentynse bergleeu, die poema, waarna die Argentynse nasionale rugbyspan genoem is, was ‘n volgehoue stryd. Toe ek in 1992 een van die laaste suiwer Afrikaanse Hennings van die eerste geslag wat in Argentinië gebore is, toe hoogbejaard, op sy woonplaas, Morgenstond, besoek en wou weet waarmee hulle in die beginjare die meeste gesukkel het, het hy dadelik geantwoord: “Die verdomde katte!”
Toe ek sy twee seuns, albei met Argentynse vroue getroud, maar steeds vlot in Afrikaans, uitvra oor moderne boerderytoestande in Argentinië, het hulle tegelyk spottend geantwoord: “Die verdomde skaap!” Dit was te verstane: Hulle het toe met behulp van net ‘n paar Chileense trekarbeiders op perde met 20 000 Merino’s geboer op ‘n stuk aarde waarvan hulle die grootte nie juis presies kon sê nie.
Maar die ou pioniers: Hul grootste uitdaging was water. In ‘n soeke daarna het hulle Patagonië, darem met staatshulp, vrot geboor. In die proses is nie net water nie, maar ook tekens van olie gekry. Dit het tot eksplorasie en eindelik ryk vondse gelei. Patagonië voorsien vandag ‘n aansienlike deel van Argentinië se olie. Die boere het egter nie juis in dié nuwe rykdom gedeel nie. Die mineraleregte op die grond wat aan hulle toegedeel is, het staatsbesit gebly.
Die volgende groot uitdaging was ‘n Afrikaanse skool en kerk. Onderwysers is uit Suid-Afrika gestuur en die gemeenskap is gereeld deur predikante van die NG én Gereformeerde kerk in Suid-Afrika tot in die jare vyftig van die vorige eeu besoek.
In 1992 was daar nie meer ‘n skool nie, maar dienste, deels in Spaans, gelei deur ‘n Hollandse lekeprediker, is toe nog gereeld in ‘n ietwat vervalle Gereformeerde kerkie gehou. Ondertrouery met Argentyne het egter daartoe gelei dat Afrikaner-huweliksmaats die Roomse geloof aangeneem en kinders uit só ‘n huwelik, in Spaans, daarin opgevoed is. Toenemende verstedeliking deur jong mense wat nie vir die harde boerdery kans gesien het nie, het ook tot afvalligheid gelei.
Toe die ouer geslag, boonop onder druk as gevolg van die wêreldwye ekonomiese insinking tydens die depressie van die jare dertig, die gevaarligte sien flikker, is ‘n beroep vir hulp op die destydse Suid-Afrikaanse regering gedoen. Die gevolg was dat ‘n aansienlike groep in 1938 gerepatrieer is (van hulle kon nie aanpas in Suid-Afrika nie en is later weer terug Argentinië toe). ‘n Sterk kern het egter vasgeskop en besluit om te bly en die stryd voort te sit.
Waar staan hulle nou? Dis moeilik om te glo dat sake binne slegs 16 jaar so dramaties agteruitgegaan het soos onlangs berig is. In 1992 is ons deur ‘n groot groep gegoede Afrikaners hartlik op die lughawe van Comodoro Rivadavia verwelkom. ‘n Onthaal is deur sowat 300 Argentynse Afrikaners bygewoon. Die Suid-Afrikaanse ambassadeur in Buenos Aires was die eregas.
Toesprake is in vlot, keurige Afrikaans gehou en patriotiese gedigte van Jan F.E. Cilliers en A.G. Visser is voorgelees. Latere TV-opnames is deur groot getalle mense bygewoon, terwyl tot laataand om vure, met skape, volgens die Argentynse asado-manier oor die kole, gekuier is.



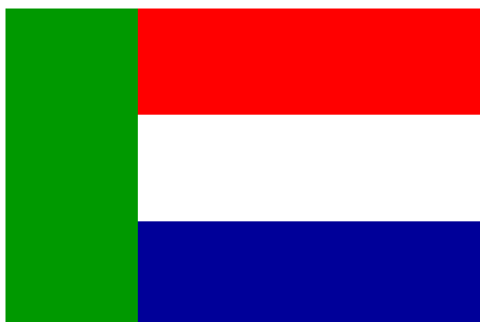


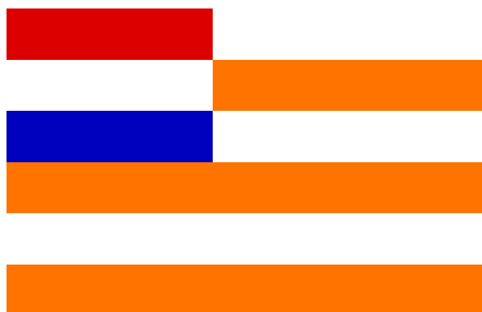
Varias familias boers de las que vinieron a establecerse en el territorio patagón

Talle suksesstories het in die proses na vore gekom: Soos dié van welgestelde, gevestigde boere op ontwikkelde plase en kinders wat gestudeer, die professies en sakewêreld betree, ‘n loopbaan uitgekerf het en in die pragtige Buenos Aires (die “Parys” van Suid-Amerika) en ander Argentynse stede werk.
Die keersy is dat ‘n verarmde, half-ongeletterde groep (waarskynlik die meerderheid trekkers se nageslag), soos dit ook onder die blanke gemeenskap in Suid-Afrika toenemend die geval is, nie die mas in Argentinië kon opkom nie. Hulle is die verlooptes wat in ‘n Spaans oorheersde see verdwyn en selfs Katolieke geword het.
Die tragiek hiervan het ek op aangrypende wyse in Comodoro Rivadavia ervaar toe ‘n bejaarde Afrikanervrou, wat in Argentinië gebore is en die swaarkry van pioniers saam met haar ouers op ‘n afgeleë skaapplaas in Patagonië beleef het, die heimlike versugting en verlange uitspreek het wat jare lank in die harte van Argentynse Afrikaners geleef het.
In ‘n emosionele oomblik op ‘n heuwel bokant die stad, terwyl sy uitkyk oor die see in die rigting van Suid-Afrika, het sy bitter opgemerk: “Ons moes nooit hierheen gekom het nie. Maar dis mos die Afrikaner se kruis – as dit sleg gaan, trek hy. Dis soos ‘n vloek wat op hom rus . . .”
Terwyl die koue yswinde van Patagonië klaarblyklik besig is om die Afrikaners van Argentinië se voetspore dood te waai, bly dié woorde my steeds by. Dalk skuil daar ’n boodskap in vir Afrikaners wat voet in die stiebeuel staan.

Bron: Facebook

Of, teen die agtergrond van die toenemende onseker toekoms in Suid-Afrika, dalk nie . .

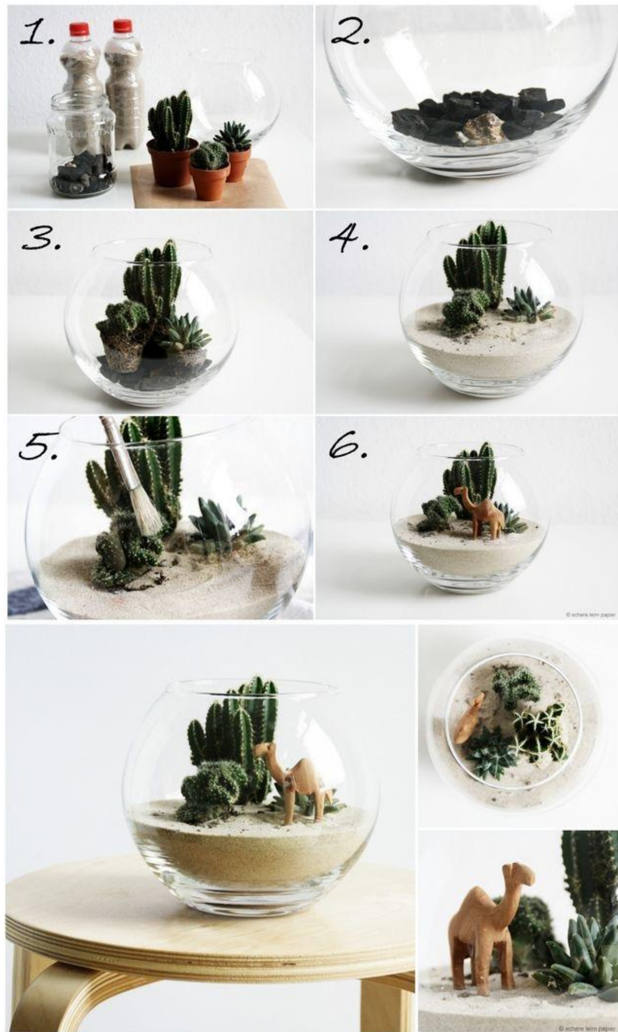






Handwerk

Maak jou eie rots tuintjie

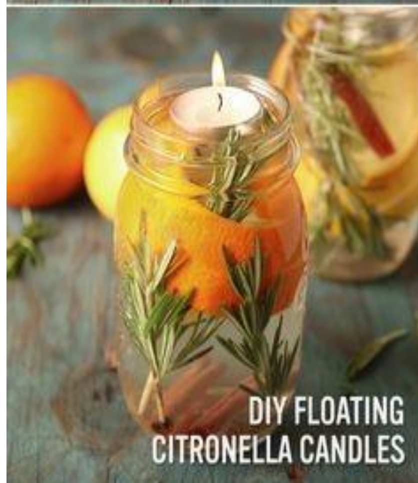


Dryfhout idees!



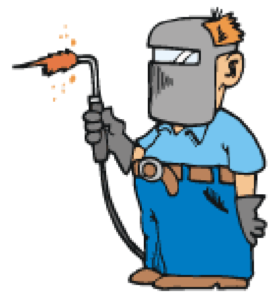








Kom kyk gou garage





Kom kyk gou garage behoort aan Ziegfried Tietz en sy seun Tilo Tietz. Tilo het besluit daar lê ver te veel ou yster en ou "kar parte" rond en begin om dit te omskep in 'n tipe kuns. Handig sou ek sê is hy. Nou ja die storie begin toe by die man en die hond, nodeloos is die hond toe verjaag na 'n ander staan plek a.g.v sy been se posisie en die water op die man se skoen. Verder het sy idees ook nie op gehou nie en kom daar gereeld nuwes by.



GEESTELIKE BLAD



Vitamines vir die gees

"***Moenie julleself mislei nie: God laat nie met Hom spot nie. Wat 'n mens saai, dit sal hy ook oes. Wie op die akker van sy sondige natuur saai, sal van die sondige natuur dood en verderf oes. Maar wie op die akker van die Gees saai, sal van die Gees die ewige lewe oes.***" - Galasiërs 6:7-8.

"Saai vir julle volgens die eis van geregtigheid, maai in ooreenstemming met die liefde; braak vir julle 'n braakland, want dit is tyd om die HERE te soek, totdat Hy kom en geregtigheid oor julle laat reën. Julle het goddeloosheid ingeploeë, julle het slegtigheid gemaai, die vrug van leuens geëet" – Hosea 10:12-13 (53-vertaling).

Binne elke lewende sel is daar 'n string wat ons die DNS (Eng: DNA) noem. Dit is die kode wat bepaal hoe die sel lyk en hoe dit funksioneer. Dit is alles vervat in die term "***genetika***". Sekere stowwe en straling kan hierdie DNS beskadig sodat dit verander (muteer) om kankerselle te laat vorm. In sekere gevalle kan hierdie kankerselle vinnig groei en na ander dele van die liggaam versprei, wat ons uitsaaiings noem. As 'n kanker vinnig gediagnoseer en verwyder kan word, kan die mens by wie die kanker voorkom nog 'n lang en vrugbare lewe lei. Anders is die dood onafwendbaar. Wie van ons weet nie van iemand wat aan kanker gesterf het nie!

Omdat ons almal die dag vrees dat kanker by ons gediagnoseer kan word, probeer ons om 'n gesonder lewe te lei deur dinge te vermy wat moontlik kanker kan veroorsaak. Ons neem dalk allerhande voedingsaanvullings en vitamines om seker te maak dat ons liggaamselle gesond bly. Maar nou is daar iets waaraan min van ons aandag gee. Wie het ooit daaraan gedink dat die gees ook 'n invloed op die DNS kan hê? Iets in die gees wat bepaal hoe jy in elke situasie gaan optree en wat as deel van die ***Epigenetika*** op die lange duur 'n invloed op die liggaamlike DNS kan hê? 'n Mens kan sê: "***'n gesonde gees skep 'n gesonde liggaam***." Om geestelik gesond te wees verbeter dus ook ons lewenskwaliteit.

God is Gees. Hy is ook die voedingsbron van ***ons gees***. Ons gees word juis ook gevoed deur gehoorsaamheid aan die wil en insettinge van God: al hierdie gebooie van Hom wat ons so ligtelik opsy skuif. Dit gee vir ons 'n ander aansig waarvan ons maar selde kennis neem: dit is die "***voedingsaanvullings***" en ***"vitamines***" vir die ***menslike gees***, wat dan weer 'n invloed op ons liggame het.

Ons het in vorige boodskappe gekyk na ons verhouding met God en met ons naaste. Maar die gebooie sê meer as dít. Dit vertel vir ons van ons houding tot onsself. Want glo my, wat jy aan die mense en die wêreld om jou doen, kry jy meer as sewevoudig terug, die goeie dinge en die slegte dinge. As jy liefde saai, groei die liefde binne jou en jou liggaam straal dit uit. As jy haat en afguns saai, groei die kanker van haat binne jou. Dit word 'n verterende vuur. Jou persoonlikheid verander en jy word 'n onaangename, negatiewe mens met 'n bedrukte gemoed. Jou immuniteit verlaag wat jou weer vatbaar maak vir allerhande siektes. Die geestelike kanker het in jou gees posgevat en ook die liggaam begin oorneem. Jou liggaam, wat die tuiste is vir jou gees, begin verkrummel. Uiteindelik sterf jy met 'n hart vol bitterheid teenoor God en teenoor jou naaste, en dalk teenoor jouself.

Gelukkig kan 'n mens enige tyd van die geestelike kanker ontslae raak. Dit kan uitgesny word deur Christus Jesus wat die groot Geneesheer is. Hy kan die kanker van die sonde genees en vir jou vrede gee sodat jy liefde kan saai en vreugde kan oes. Volg maar net sy aanwysings in die Boek van Genesing wat Hy vir ons gegee het. Die volledige instruksies is daarin opgeskryf vir elkeen om te volg. En dit kos niks!

- dw -



Padkos vir die siel

Die beste manier om iemand "terug te kry" is om te vergewe
Woede is 'n toestand waar die tong vinniger werk as die verstand.
Alle mense glimlag in dieselfde taal.
Liefde is die enigste ding wat verdeel kan word sonder dat dit minder word.
Harde woorde breek nie bene nie maar wel harte.



Grappe



Ek kies deesdae my reisgenote BAIE sorgvuldig! 😉
Een van die lekkerste dinge van 'n trip is die pêlle wat saamgaan. Maar soms is daar karakters in die konvooi wat almal se geduld tot die uiterste beproef. Herken jy dié 11 ouens?

1. Die DJ

O hoor jy die Magtige Dreuning? Of liewer, hoor jy die Magtige Doef-Doef?
Dit maak nie saak of julle in stilte oor die Namib wil uitkyk en of julle die son in die Kalahari wil sien ondergaan nie, die platejoggie glo dat musiek – hárde musiek – die Oros-man van enige buitelewe-ervaring is. Gooi song, pappie, gooi song! Selfs al wil die ander mense na die krieke en naglewe onder 'n volmaan luister.

2. Bear Grylls

Het jy al gehoor van "Stap altyd eers deur 'n hindernis" of "Probeer om eerder óm 'n groot hindernis te ry"? Nie dié ou nie!
En as hy sy ryding in die proses kan breek, nóg beter. Hy jaag halsoorkop in plekke in. En hy's lief om te sê: "Daar is nie iets soos verdwaal nie, jy's net tydelik onseker van jou ligging!" Hy het gewoonlik ook 'n baie senuweeagtige vrou en kinders.

3. Inspekteur Gadget

Hy't alles – van 'n hol bulbar waarin jy 18,75 liter brandewyn kan bêre, tot 'n tuisgemaakte satellietskottel.
Wil jy weet hoe lyk die jongste, mees ingewikkelde braai? Wel, hy't hom klaar aangeskaf. Plus, hy het die braai intussen gou in sy werkswinkel 'n bietjie "verbeter" omdat die ontwerp volgens hom "hier en daar nie goed genoeg was nie".

4. Die legende

Sy kar is volgeplak met Save the Earth-, Stop Fracking- en I love Zambiaplakkers. Aandenkings van orals in Afrika hang aan sy truspieël en hy dra genoeg armbande dat sy rug skeeftrek.
Hy lyk meer soos Kingsley Holgate as Kingsley Holgate self. Maar daar is net een probleem. Hy kan nie baie goed 4x4 ry nie. Hy weet nie so lekker hoe die diff lock werk nie en sy bande word teen een banddruk gery. En wanneer sy wiele begin tol, gee hy gas.

5. Vader Tyd

Hy staan altyd laaste op, pak laaste in en sorg dat die groep 1½ uur later as beplan in die pad val.
Hy "wil nie jaag nie, want hy's op vakansie", daarom veroorsaak hy dat die groep altyd donker by hulle bestemming aankom. Hy kan nooit verstaan hoekom mense nooit dik is van die lag as hulle twee uur ná sononder in Malawi moet ry en iewers in die gitswart nag tente moet opslaan nie.

6. Die ruimtekapsule

Hulle is heeltemal selfversorgend en koop nêrens enigiets langs die pad nie. Hulle vermy so ver moontlik ook enige interaksie met die plaaslike mense.
'n Mens wonder soms hoekom hulle in die eerste plek die landsgrens noordwaarts oorgesteek het.

7. Steven Spielberg

Alles moet met 'n kamera verfilm word. Is jy nou nét deur 'n moeilike hindernis? Wel, jy moet omdraai en weer probeer, want hy kon dit nie met sy kamera vasvang nie.
Hy jaag gereeld vooruit en gaan neem stelling langs die pad in met sy kamera sodat hy die oomblik kan verewig. Hy lyk nooit heeltemal ontspanne nie en jy vermoed dat hy glo niks bestaan of het regtig gebeur as dit nie afgeneem is nie.

8. Die eetmasjien

Hy eet nie om te leef nie, hy leef om te eet. Elke dag word om die maaltye – nee, feesmale – beplan.
Kyk, niemand hou van slegte kos nie, maar jy hoef nie elke ete twee uur lank kos te maak en nóg 'n uur lank te sit en eet nie. Soms kan jy vinnig iets aanmekaarslaan en verder reis sodat jy vanaand kan ontspan, iets eet, 'n paar knertse maak en lekker met die mense kan gesels.

9. Mnr. Sleeptong

Almal hou van joligheid en niemand gaan op reis omdat hulle daarvan hou om suur gesigte te hê nie. En ja, die meeste aande sit 'n mens mos maar rondom die vuur en geniet 'n ou ietsie. Niks fout daarmee nie.
Maar wat wel 'n groot verleentheid (vir die res) veroorsaak, is die manne wie se tong keer op keer ná die vierde dop begin sleep soos 'n El Camino-bakkie voor 'n Jurgens.

10. Die grapkas

Geen minuut mag verbygaan sonder die bulderende "kwaah-kwhaah-kwhaaah!" van die Grapkas wat vir sy eie grappe of kwinkslae lag nie.
En as daar nie genoeg "humor" in die omtrek is nie of 'n stilte uitgerek voel, begin hy sommer poetse bak. Spinnekoppe op mense, die wegsteek van karsleutels of sommer net 'n storie wat begin met: "Hoor'ie, het jy al die grap gehoor van . . ."

11. Sarel Senuwees

Hy wil nie hê sy kar moet krap nie. Hy kla oor klippies wat sy ryding se verfwerk kan beskadig en "wil nie sy bande opd*nder nie". In die Kaokoland van alle plekke. Hy vra pal "of die pad vorentoe darem 'n bietjie beter gaan raak" en maak ses keer per dag seker dat sy satellietfoon nog in 'n goeie, werkende toestand is.
Uiteindelik, wanneer julle weer terug by die huis is, is jy namens hom net so verlig.







Pretblad

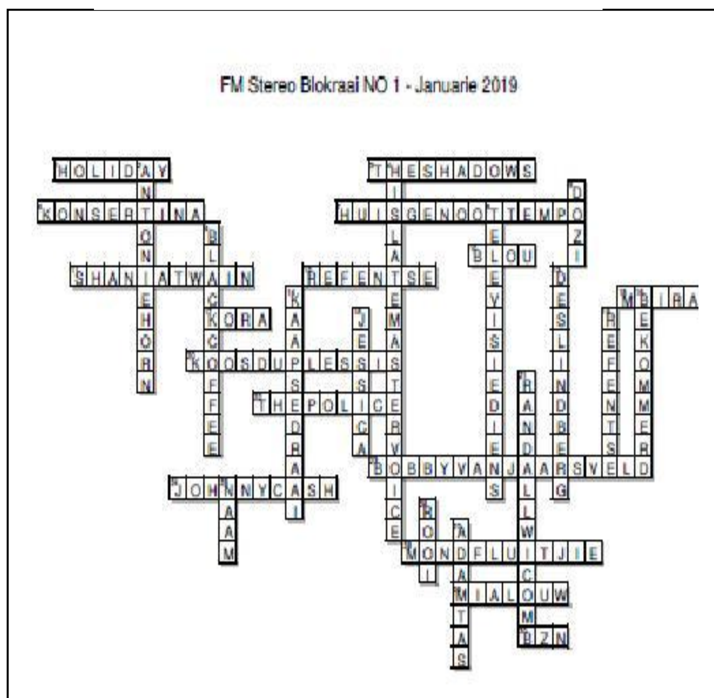


Seduko uitawe 01 antwoord

Solutions :

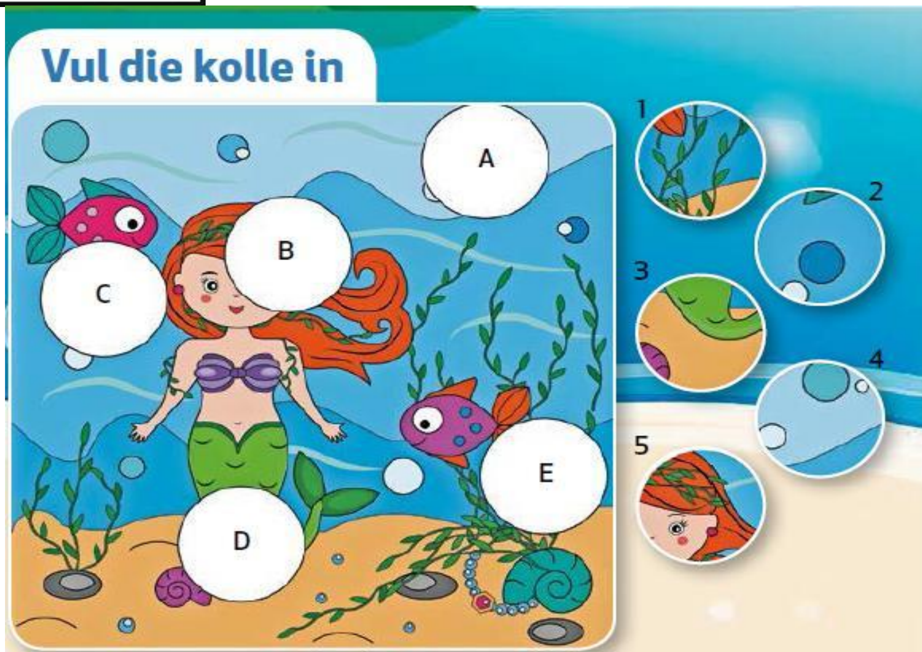
1	7	6	5	2	3	8	4	9
3	4	8	6	9	1	5	2	7
9	5	2	7	8	4	6	1	3
5	8	9	4	7	2	3	6	1
4	6	7	1	3	9	2	8	5
2	3	1	8	6	5	7	9	4
6	9	5	2	4	7	1	3	8
7	2	3	9	1	8	4	5	6
8	1	4	3	5	6	9	7	2

Blokraai uitgawe 1 antwoord





				8		2		
			1	3	9		6	
	3			2			1	7
8								
2	4		8	9	3		5	1
								9
5	2			6			9	
	7		2	4	5			
		3		1				



Kinderstorie

BABBA EN HUPPEL GAAN NA REëNBOOGLAND

Babba was ‘n kabouter wat in kabouterland gewoon het. Hy was ‘n vrolike kalant en het altyd nuwe avonture gesoek. Hy het baie gou verveeld geraak en het elke dag gedink aan iets nuuts om te doen. Huppel, sy beste maatjie, het baie maal gekeer dat Babba handuit ruk as hy TE avontuurlustig raak. Huppel was ook altyd vrolik, maar hy het nooit soos Babba handuit geruk nie. Hy was koelkop, en kon enige situasie red wanneer Babba bietjie stout of ondeund geraak het.

So het Babba eendag besluit dis tyd om bietjie op reis te gaan en die wêreld te verken. Hy was veral geinteresseerd in die dorpie Reënboogland, want die kleure van die reënboog na dit gereën het, het hom altyd fassineer, en hy wou gaan kyk waar dit vandaan kom. Van ‘n afstand af het hy altyd die mooi kleure bewonder wanneer hy in Reënboogland se rigting gekyk het.

Hy vertel toe vir Huppel van sy planne, maar Huppel het hard probeer om hom van DIE plan te laat afsien, want hy het geweet van al die gevare op die pad. Babba het egter voet by stuk gehou, en het vir Huppel gesoek om saam te gaan.

Huppel was eers glad nie gretig nie, maar het geweet as Babba alleen sou gaan, hy probleme sou teëkom, want hy het vir niks gestuit nie. Huppel het toe maar baie teesinnig ingestem, en die twee het begin planne beraam vir die reis. Soos gewoonlik wou Babba dadelik vertrek, maar Huppel het gedink aan al die praktiese dinge wat eers gedoen moes word voor hulle kon vertrek. Dinge soos kos, water, en ‘n medisynetassie net ingeval iemand dalk langs die pad sou siek word of seerkry.

Babba was baie opgewonde, want hy het gehoor aan die voet van Reënboogland was daar ‘n pot goud waarna soveel al gaan soek het, maar nog nooit kon vind nie. Uiteindelik is hulle reg om te vertrek, en met hulle rugsakke gepak, het die reis begin.

BABBA EN HUPPEL GAAN NA REëNBOOGLAND

Hulle het slegs 'n kort entjie gereis, toe apie hulle voorkeer en vra waarheen hulle op pad is. Apie, wat bekend was as 'n vreeslike nuuskierige agie, wou altyd alles weet! Hulle het met groot opgewondenheid vertel hulle gaan die pot goud in Reënboogland soek. Apie was baie beindruk met hierdie reis, en het gevra of hy mag saamgaan. Hy het die pad geken Reënboogland toe, maar het nog nooit self daarheen gegaan nie. Babba en Huppel was maar te bly om iemand by hulle te hê wat die pad geken het, en het ingestem dat Apie die reis kon meemaak. Apie was baie bly, en het vooruitgehardloop en sommer so van tak tot tak gespring soos hulle gereis het. Na so twee dae r het hulle doer in die verte die mooiste kleure sien wink. Dit het in rye opmekaar gelê en elke ry was 'n ander kleur. Daar was rooi, oranje, geel, groen, blou, pers – die mooiste, sagste skakerings.

Sjoe, toe raak die drie reisigers sommer baie opgewonde, want wat hulle gesien het was 'n reënboog, en dit het beteken hulle was naby Reënboogland. Hulle was selfs te opgewonde om te stop om iets te eet, hulle wou net by Reënboogland uitkom. Skielik doem hierdie pragtige kleure reg voor hulle op, dit het soos wasige wolke gelyk in verskillende kleure. Dit was so mooi hulle het na hul asems gesnak, en skoon vergeet van die pot goud! Die mooi van Reënboogland het hulle sommer heeltemal oorweldig. Geen pot goud kon elk geval SO mooi wees nie. Hulle was skielik in die wasigheid toegevou, en die kleure het soos trappies voor hulle gelê. Elke trappie kleur wat hulle geklim het, het hulle na 'n ander wêreld van sagtheid geneem, en hulle was sooo rustig, toegevou in die wolkekleure van Reënboogland.

Op die terugreis het hulle saamgestem dat dit die mooiste plek was wat hulle nog ooit gesien het, en besluit dat hulle sommer binnekort weer sou terugkeer, nie vir die pot goud nie, maar vir die prag en die rustigheid van Reënboogland. Hulle kon nie wag om terug te kom in Kabouterland om al die ander te vertel van hulle ondervinding nie. Apie het saamgestem, en ook luidkeels sy ondervinding met sy dieremaatjies gedeel.

Smul lekker hoekie

GEMMERBIER



20 ml gemaalde gemmer 10 liter lou water

1.6 kg wit suiker 150g rosyne

10g aktiewe droëgis 10 ml kremetart



10 ml wynsteensuur

Voeg die gemmer by die water en suiker en roer tot die suiker opgelos is. Voeg die res van die bestanddele by. Giet die mengsel in 'n plastiekemmer met 'n deksel en laat dit 24 uur lank gis. Syg die bier daarna deur en giet die filtraat in gesteriliseerde bottels. Moenie die bottels te vol maak nie.

Plaas 2 tot 3 van die rosyne in elke bottel en draai die proppe lossies vas. Laat die bier 'n dag of twee by kamertemperatuur gis voordat dit in die koelkas bewaar word.

CREAMY GARLIC MUSHROOMS

Fry the bacon until crispy.
Melt the butter in some leftover bacon grease.
Fry mushrooms.
Pour in dry white wine. Use a good quality Pinot Grigio, Chardonnay or Sauv Blanc. (Substitute wine for chicken stock or broth.)
Add garlic.
Simmer with heavy cream and herbs.
Top with mozzarella and parmesan cheese.
Broil (or grill) until cheese is melted and bubbling.



Creamy garlic prawns with fettuccine pasta

1.5kg prawns
2tbs oil
1 head garlic crushed
1 handful of chives chopped
125g butter
600mls cream
1/2-1tbs curry powder
Salt and pepper.

Add oil to pan, heat up and add ur prawns. Add salt and pepper. Fry quickly until cooked, remove and set aside.

Add butter to pan and crushed garlic and chives.
Once fragrant add cream, salt and curry.
Bring to the boil and return prawns.
Simmer for 10 mins
Add on top of fettuccine



BoeliebeefKoekies

Meng saam:
2 geskilde, gerasperde aartappels,
1 klein gerasperde ui,
1 blik boeliefeef, fyner gedruk,
125 ml bruismeel OF 1/2 koppie koekmeel met 1 tlp bakpoeier
1 eier en
1/4 t sout.

Meng en bak soos vetkoek in vlak medium-warm olie. Dreineer op kombuispapier, Bedien met kapokaartappels en slaai.



KERRIESULT

3kg beesskenkels (ék gebruik ook graag 'n mengsel van vark-pootjies ("Trotters") "Eisbeins" en skaap-skenkels!)
15ml swartpeper en sout
3 middelslag uie
30ml sonneblomolie
30ml kerriepoeier
15ml borrie
375ml bruinasyn
30ml appelkooskonfyt of perskeblatjang
2ml gemaalde koljander



Bedek die vleis met koue water, geur met sout en peper en prut tot baie sag. Skil die uie en sny dit in skywe. Verhit die olie en soteer die uie, kerriepoeier en borrie daarin. Voeg die res van die bestanddele by die kerriemengsel, verhit stadig tot kookpunt en laat afkoel. Ontbeen die vleis en sny dit in klein stukkies op. Voeg die kerriemengsel by die vleis en prut dit 'n uur lank. Giet dit in 'n nat bak en laat afkoel.

Bedek die bak met kleefplastiek en plaas die sult in die yskas om te stol. Dit kan tot 2 weke in die yskas gebêre word.

Homemade Puff Pastry

makes 1,2kg pastry which is enough for 1 family size pie



Ingredients:
500g butter, cubed
550g plain flour
5 ml Cream of Tartar
250 ml boiling water.
pinch of salt

1. Mix flour, salt and Cream of Tartar.
2. Put butter in a separate bowl, add boiling water and let allow butter to melt completely, but it must still be lumpy.
3. Add butter mixture to flour mixture and mix well, without over mixing.
4. Pour out on a plate and leave fridge overnight.
5. When needed, roll out on a floured surface and then use as indicated on your own recipe.

*This pastry freezes exceptionally well

Advertensies

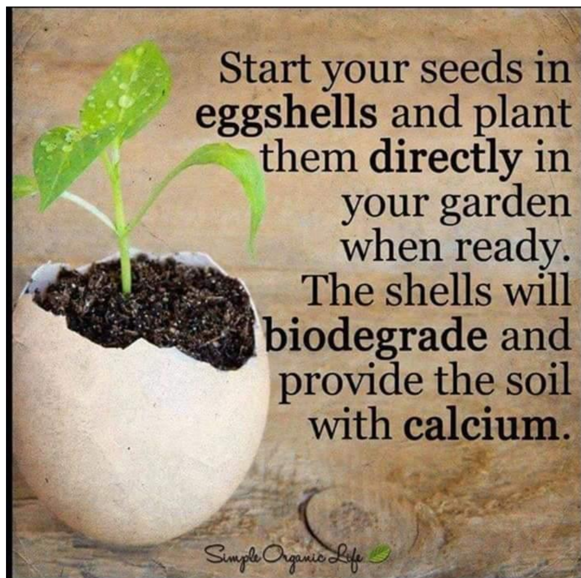
Pragtige tuin idees













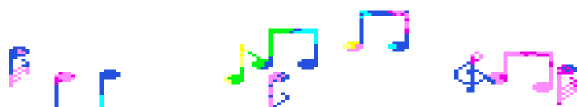
Fm Stereo Program Rooster



SA Tye	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrydag
10h30	Yolanda - Nuus en Weer	Yolanda - Nuus en Weer	Yolanda - Nuus en Weer	Yolanda - Nuus en Weer	Yolanda - Nuus en Weer
10h00	Yolanda - Nuus en Weer	Yolanda - Nuus en Weer	Yolanda - Nuus en Weer	Yolanda - Nuus en Weer	Yolanda - Nuus en Weer
11h00		Cathy-Digsters		Cathy Gesondheids program	Cathy Kuiertyd
		en skrywers		Cathy Gesondheids program	Cathy Kuiertyd
12h00				Cathy Gesondheids program	Cathy Kuiertyd
13h00	Arlene-Afrikaans is groot	Betsie-Bak en Brou		Betsie -Kampklanke	Arlene
14h00	Arlene-Afrikaans is groot	Betsie-Bak en Brou		Betsie -Kampklanke	Arlene
14h30		Yolanda - Tjokkertjies storietyd		Yolanda - Tjokkertjies storietyd	Arlene
15h00	Arlene-Afrikaans is groot	Yolanda - Tjokkertjies storietyd	Cathy Louw Lulu se Storietyd	Yolanda - Tjokkertjies storietyd	Arlene
15h00					Gerhard v/d Poel
16h00	Corrie - Menslief	Corrie-Woordkuns		Corrie - Uit die hart van 'n Boer	Gerhard v/d Poel
		uurtjie/onderhoude		Corrie - Uit die hart van 'n Boer	
17h00	Corrie - Menslief	Corrie-Woordkuns	Ludwig Golden Oldies	Pottie - Musiek klanke	Corrie Menslief
		uurtjie/onderhoude		Pottie - Musiek klanke	Corrie Menslief
18h00			William - Crime time	Pottie - Musiek klanke	Corrie Menslief
19h00			Phillip v Dalen /Dewald Oosthuizen	Pottie - Musiek klanke	Corrie Menslief
20h00	Yolanda Mills - Potpourie	Betsie of Pottie - Annibrand	Phillip v Dalen/Dewald Oosthuizen	Jancke - Tempo	DJ Uiltjie-Musiekmandjie
21h00	Yolanda Mills - Potpourie	Betsie of Pottie - Annibrand	Phillip v Dalen/Dewald Oosthuizen	Jancke - Tempo	DJ Uiltjie-Musiekmandjie
22h00	Yolanda Mills - Potpourie	Betsie of Pottie - Annibrand	Phillip v Dalen/Dewald Oosthuizen	Jancke - Tempo	DJ Uiltjie-Musiekmandjie
23h00					
24h00					

Naweek Rooster

	A	B	C
43			
44	SA Tye	Saterdag	Sondag
45			
46	07h00		
47	08h00	William Sport& Kuierplekke	
48	09h00	Wat nou	
49			
50	10h00		
51			
52	11h00		
53			
54	12h00		
55			
56	13h00		
57	14h00	Rev John	
58			
59	15h00	Rev John	
60			
61	16h00		
62			
63	17h00		
64			
65	18h00	Pottie - Gooi mielies	Pottie Gospel aand
66			
67	19h00	Pottie - Gooi mielies	Pottie Gospel aand
68			
69	20h00	Pottie - Gooi mielies	Pottie Gospel aand
70			
71	20h00	Gerhard vd Poel	Yolanda Mills - Potpourie
72	21h00	Gerhard vd Poel	Yolanda Mills - Potpourie
73	22h00	Gerhard vd Poel	Yolanda Mills - Potpourie
74			
75	23h00		
76	24h00		



SMS LYN: 33903: R1-50 per sms [gratis sms geld nie] Gebruik vooraan elke sms eers altyd fms en dan boodskap en stuur.



GESELS BLAD [KLETS]:

https://www.facebook.com/groups/fmstereo/

STUUR VERSOEKE/ VERJAARSDAG BOODSKAPPE/NUUS AAN ONS -info@fmstereo.co.za of na ons APP – Anroid: https://play.google.com/store/apps/details… Op play store soek:- Tik in: HolyCloud FMStereo en App sal oopmaak en installeer

WEBTUISTE: www.fmstereo.co.za - Radio speel ook dadelik

VLC

http://192.99.139.20:9984/listen.pls

http://radiostart.party:9984/listen.pls

TuneIn:

http://tunein.com/radio/FM-Stereo-s289312/



ONLY BlackBerry:

http://192.99.139.20:9984/;listen.mp3

or http://radiostart.party:9984/;listen.mp3

Saam met jou.



Deur: Johan Knell

@kopiereg

My trane sal ek verruil vir 'n glimlag en my seer sal ek laat begrawe onder klippe.
My drome sal ek wegbêre en my gedagtes sal ek laat toor.
My siel sal ek verkoop vir 'n pennie of twee en my vlees sal ek laat versteen.
My lewe sal ek verruil vir net een dag saam met jou.

Op my knieë sal ek neerval en bid vir net een aand saam met jou.
My alles sal ek gee, alles net vir jou.

Jou naam sal 'n poort wees vir 'n nuwe begin.
Jou gesig 'n wêreldkaart vir 'n verlore hart.
Jou asem sal die wind wees en jou stem die donderweer.
Jou gedagtes 'n waterval en jou drome 'n fontein.
Jou naam sal ek vasplak teen die hemel daarbo en jou gesig laat uitkerf op my hart.

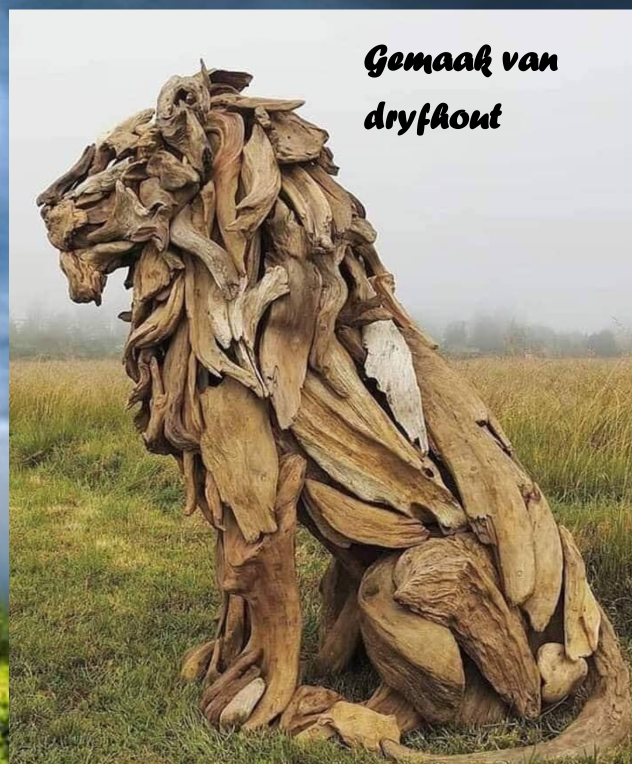
Alles om net een dag saam met jou te kan wees.
Alles om net een nag saam met jou te kan wees.
Alles om saam te kan wees.

Net vir jou sal ek my alles gee en nog meer.
Net om saam te kan wees……….

J.J. Knell

Spreuke 13 : 1

'n Wyse seun luister na die tug van die Vader, maar 'n spotter hoor nie na berisping nie.





Neeee!! Dis die laaste blad!!



Groetnis tot die volgende uitgawe

Saamgestel deur Dj Uiltjie